

RAPPORT VOLDSUDSATTE DRENGE PÅ KANTEN

Af Amalie Houmann



**BRYD
TAVSHEDEN**

Om Bryd Tavsheden

BRYD TAVSHEDEN er en organisation for børn og unge (13–24 år) som har oplevet børne- og/eller kærestevold. I over 20 år har organisationen tilbudt rådgivning til målgruppen, og i dag kan den findes som chat, brevkasse og telefonisk, og i København er det også muligt med personlig rådgivning. Der er omkring 1500 henvendelser til de frivillige rådgivere hvert år.

Foruden rådgivning har BRYD TAVSHEDEN også en outreach tilgang i form af skoleundervisning med en ansat og en ung fra målgruppen.

Rapporten er udarbejdet af projektleder Amalie Houmann – Cand.scient. i antropologi og Cand.merc. i socialpsykologi og læring.

Tak

Tak til alle bidragsydere til både rapporten og gennem projektet – NGO'er, kommuner og fagpersoner. Der er en stor mængde viden på dette felt, og et lige så stort ønske om at give det videre, så vi kan stå stærkere sammen om og med de unge.

Tak især til Torkild Vindelev, Kristoffer Sejergaard, Hanne Ried og Hanne Eriksen for jeres unikke og store roller, som I har spillet gennem projektets faglige udvikling og kvalificering.

Tak til Augustinus Fonden for at gøre dette projekt muligt.

Og til de modige, sjove, stærke og vilde unge drenge og mænd, som har taget del i projektet – fra behovsanalysen til at indgå i et forløb, et **kæmpe** tak for jeres åbenhed, humor og velvilje til at række ud efter støtte, så I og dem omkring jer kan få et blidere liv.

Redaktion: Henriette Høst-Madsen
Tekst: Amalie Houman
Layout og design: Michael Bernth

Copyright: Bryd Tavsheden, November 2025

Voldsudsatte drenge på kanten - rapport er beskyttet af gældende dansk lov om ophavsret. Kopiering må kun ske i overensstemmelse med loven.



**BRYD
TAVSHEDEN**

Bryd Tavsheden
Tornebuskegade 7, stuen
1131 København K

www.brydtavsheden.dk

Om Bryd Tavsheden	3
Tak til alle bidragydere.....	3
5 hovedfund og anbefalinger	6
Når man både er udsat og på kanten til	6
Målgruppe og definition	7
Viden fra forløbene	7
Et spindelvæv af udsathed	8
Vejen ind til rådgivning	8
Motivation for at række ud.....	9
Grib dem!	9
Fastholdelse og progression.....	10
Centrale temaer fra samtalerne	10
Mobning - voldens spindelvæv	10
Hvorfor kan jeg ikke det samme som min søster?	11
Jeg skal præstere!	11
“Man går da ikke i seng som uvenner”	12
“Vil du noget?!”	12
Håndværker og autoriteter	13
Selve indsatsen	13
En voldsfaglig stærk rådgivning til unge.....	13
Hvordan taler vi om volden?	14
Vold og hverdagen	15
Uden mad og drikke duer helten ikke	15
Når hverdagen kokser og relationelle handleevner.....	15
Online og telefonisk rådgivning	16
Når man ikke vil være den første.....	16
Behov for hurtig effekt – konkrete greb i rådgivningen	17
Når hjælpen er én af mange.....	17
At få taget ansvar fra dig - og givet et nyt ansvar tilbage	17
Eksterne samarbejdspartnere	18
Et teoretisk grundlag	19
Alternativ til Vold -Ung	19
Intersektionel forståelse af udsathed.....	20
Afrunding	21
Om projektet og datagrundlag	21
Litteratur	23
Bilag fra eksterne samarbejdspartnere	24
Projektets betydning for arbejdet med voldsudsatte unge	24
Veje til ansvar – om at arbejde med udøvere af vold	25

5 hovedfund og anbefalinger

Gør adgang til hjælp enkel, direkte og fleksibel

Projektet oplevede, at drenge rækker ud – hvis vejen er kort og tydelig. 2,5 ugers kampagne på Metas platforme så 22 drenge række ud, hvoraf 8 kom i forløb. Online, telefonisk og hybride tilbud gør det muligt at nå dem, især dem der bor udenfor de større byer, eller har begrænset overskud. At styrke disse kan øge rækkevidde og fastholdelse markant.

Samarbejd om kærestevold

Ungdomsårene er et kritisk vindue: her bevæger nogle unge sig fra at være voldsudsatte hjemme til selv at udøve vold i deres egne relationer. En anbefaling er derfor at udvikle rådgivning og samarbejder specifikt målrettet unges kærestevold, med henblik på – eller mulighed for – at begge parter kan få rådgivning.

Tænk intersektionelt – og på hverdagen

Vold er sjældent et isoleret problem. Udsathed, mobning, maskulinitetsnormer, minoritetskategoriseringer, arbejdskultur mv. påvirker hinanden. En anbefaling er at arbejde ud fra en intersektionel forståelsesramme, der er opmærksom på den kompleksitet og oplevelser, de unge navigerer i og gennem. En anbefaling er således også at arbejde med og udfra deres levede hverdagsliv.

Undersøg arbejdskulturens betydning for vold og følelsesliv

Særligt er det, at de unge i håndværkerfag med hård tone, hierarkier og fysisk pres søgte råd om at kunne udholde det tydelige magtstruktur og kravene heri – ikke at kunne handle eller reagere korrekt på følelserne. Hvor følelserne så kommer ud, synes at være et vigtigt spørgsmål. En undersøgelse om sammenhængen mellem arbejdskultur, sprogbrug og risiko for vold i nære relationer kunne på den baggrund være relevant.

Hvad er forholdet mellem aggression og mobning

Der synes en mulig sammenhæng mellem mobning, voldsudsathed og senere aggressionsudfordringer, der peger på behovet for yderligere undersøgelse af, hvordan det at være udsat for mobning påvirker voldsudsatte drenge. Det anbefales at indsatser til voldsudsatte børn og unge inddrager mobning og børnefællesskaber i højere grad.

Når man både er udsat og på kanten til...

Denne rapport markerer afslutningen på et udviklingsprojekt, der har haft til formål at afprøve og videreudvikle rådgivning målrettet unge mænd på kanten. Projektet udspringer af et behov identificeret i vidensprojektet *Drenge Bryder Tavsheden*, som pegede på, at mange unge mænd med erfaringer med vold i hjemmet modtager indsatser rettet mod deres udadrettede adfærd, men sjældent får hjælp til deres egen voldsudsathed, og at de først rækker ud, når de har "ramt bunden" (Bryd Tavsheden, 2023).

Det rejser nogle vigtige faglige problemstillinger: *Hvordan kan vi som rådgivnings- og behandlingsfelt rumme og hjælpe de unge, der både er voldsudsatte og i risiko for selv at udøve vold? Og hvordan udvikler vi indsatser, der når de drenge og unge mænd, som befinder sig på kanten af samfund, skoleforløb og relationer så de ikke rammer bunden?*

Erfaringer fra Bryd Tavsheden og andre rådgivningstjenester viser, at unge mænd i langt mindre grad end unge kvinder søger hjælp (Børns Vilkår, 2023). Forskning peger på, at maskulinitetsidealer, frygt for at fremstå svagt samt manglende kendskab til relevante tilbud udgør væsentlige barrierer.

Samtidig har en betydelig del af voksne voldsudøvere selv oplevet vold i barndommen. Hos Dialog mod Vold (DMV) har 71 procent af klienterne oplevet vold som børn (DMV, 2017). I den norske organisation Alternativ til Vold (ATV)

gælder det for 90 procent af de unge i behandling for aggressions- og voldproblematikker, mens de resterende 10 procent har været udsat for grov mobning. Begge organisationer rapporterer, at flertallet af klienter er mænd.

Som ATV påpeger:

“Ungdom som bruker vold i det offentlige rom er i risikogruppen for å ta denne atferden med inn i framtidige relasjoner.”

(Eriksen, 2016)

Denne sammenhæng mellem tidlig voldsudsathed, aggressionsproblemer og senere voldsudøvelse peger på et betydeligt forebyggelsespotentiale. En tidlig, målrettet og voldsfaglig indsats til unge mænd på kanten kan bidrage til at bryde voldens cirkularitet – både for den enkelte og for samfundet.

På trods af denne viden eksisterer der i dag ingen specialiserede rådgivningstilbud, der arbejder helhedsorienteret med unge mænds komplekse voldshistorik – som både udsatte og udøvere.

Denne rapport søger at bidrage til at ændre på det.

Kommer hjem, tager ikke ud, bliver hjemme. Hver dag kl. tre. Næste morgen tager jeg i skole, der er jeg stadigvæk ved at bryde sammen. Kunne ikke snakke med nogen. Jeg har mange tanker, min mor er i mange tanker, mine søstre er i mange tanker. Kommer i skole, bliver færdig med skolen. Lader det gå udover uskyldige i skolen. Tager hjem.

Dreng, 16 år

Målgruppe og definition

Målgruppen er voldsudsatte unge mænd og drenge i alderen 13–24 år, der er på kanten. Altså, unge, der befinder sig i gråzonen eller lige overskredet den, mellem flere udfordringer, herunder:

- Vrede og brug af vold – i nære relationer eller andre sociale sammenhænge
- Skolesystemet eller systemet generelt
- Unge, der føler sig misforstået og udtrykker følelser på voldsomme måder
- Unge med stor vrede – rettet mod sig selv, relationer eller samfundet

Min far og hans kone kom hen til SFO'en. De hentede mig ikke, de kom bare. Da jeg stod i døren... Det var sådan en gammel bygning, og da jeg stod der... jeg så bare... altså to vildt høje, slanke, sorte figurer. Hvor at... Jeg folte, at jeg skulle kigge op, helt op til månen, og at jeg var så langt nede på det fortov. Det er sådan jeg husker det. Og følelserne bag det var lidt nervøsitet og så meget mystik også. Det var meget mystisk, kan jeg huske. Det var sådan en følelse af mystik og nervøsitet. Ja, jeg ved ikke, om jeg vil sige en aggressiv frygt. Det var mere mystik og nervøsitet og sådan påpasselighed. Det tror jeg, er sådan, jeg vil beskrive det. Det er mit første minde om min far.

Dreng, 24 år

Viden fra forløbene

De unge drenge og mænd, der har modtaget rådgivning i projektet, er en gruppe på 14 unge i alderen 15–24 år (gennemsnitsalder 19,7 år). Flertallet havde majoritetsetnisk baggrund, mens fem kom fra familier med en eller begge forældre fra hhv. Serbien, Tyrkiet, Thailand, Marokko og Irak, med forskellige religiøse baggrunde. Alle var ciskønnede, én var biseksuel, og de øvrige var heteroseksuelle.

13 ud af de 14 var i beskæftigelse eller under uddannelse. To arbejdede som sikkerhedsvagter, fire i håndværksfag, to som lærlinge i tømrerfaget, én gik i gymnasiet, to på universitetet, og to var på overbygningen.

11 af de unge har levet i hjem præget af vold, ofte psykisk og fysisk vold fra far mod mor. Halvdelen har oplevet fysisk vold mod sig selv fra en forælder, og tre har været udsat for vold fra deres mor. En ung mand, der ikke kom fra et voldshjem, havde været i et forhold med vold. De to drenge, der ikke havde voldserfaring, blev i forløbet grundet bekymring for deres adfærd i relationer.

... På kanten

Otte unge henvendte sig grundet aggression og vredesudfordringer. Hos tre sås der adfærd og værdier overfor nuværende eller tidligere partnere, der kunne udvikle sig til voldsbrug. En anden havde udøvet kontrollerende og psykisk vold, hvilket han først erkendte senere i

forløbet. En tredje ung henvendte sig, da hans ekskærester mente, han havde brugt vold mod hende, hvilket han ikke var enig i. Førstnævnte har henvendt sig til Dialog mod Vold for videre behandling, den anden vil når han opfylder deres alderskrav på 18 år.

De to unge uden voldserfaring henvendte sig hhv. for stalking på grund af usikkerhed i forhold og store jalousiudfordringer. En anden ung frygtede, han ville udøve vold i fremtidige relationer efter en hændelse, hvor han mente at have slået sin tidligere kæreste. Det blev dog klart, at han selv havde været voldsudsat i relationen, og hændelsen var blevet forstørret som led i den psykiske vold, han havde været udsat for.

Et spindelvæv af udsathed

De unges historier viser at udsathed sjældent optræder isoleret, men som et sammenvævet mønster af vold, mobning, svigt og/eller marginalisering. Flere af de unge har et liv der er spundet ind i flere udsatheder og/eller belastninger såsom mobning, marginalisering, ADHD-diagnoser, særlig kønsrelaterede udfordringer, minoritetsetnicitet mv. Dette afspejler en kumulativ udsathed, som anses i forskning i fler-udsatheder og begreber såsom Adverse Childhood Experiences (ACES) og poly-victimization blandt andet (Felitti et al. 1998, Hamby et al. 2018). Det viser at man ikke kan anskue udsatheder eller belastninger som afgrænsede kategorier eller oplevelser, men snarere må tage et viddeblik, for de påvirker og forstærker hinanden.

Her kan der f.eks. nævnes de unge med minoritetsetnisk baggrund, der alle også oplevede mobning og italesatte oplevelser med racisme, hvilket kan ses i forbindelse med minoritetsstress (Khawaja 2020, Brygger og Korsgaard 2024). Også kønnede forventninger, der kan gøre det sværere for unge mænd at søge hen mod støtten, der kan forstærke ensomhed, vrede og en modstand mod at identificere sig selv som udsat ses med målgruppen.

Dette betyder at når man arbejder med denne målgruppe, så vil en forståelse og inddragelse af dette samspil mellem oplevelserne være relevant for at sikre at hjælpen er den rette til den unges livssituation. En anbefaling er da at

arbejde med en intersektionalistisk forståelsesramme.

Ligeledes er det værd at bemærke at kun én enkelt af drengene havde mødt voldsfaglighed før. Én enkelt havde boet på et krisecenter som barn, men her oplevede han ikke at modtage rådgivning eller få samtaler med en psykolog. Flere havde tidligere talt med en psykiater eller psykolog, men voldsfaglig støtte. Alle drenge har alle oplevet at det gav dem en form for mening på tværs af deres livsoplevelser at modtage en voldsfaglig rådgivning – og en rådgivning med et intersektionalistisk perspektiv, for at få indblik i hvordan de forstår verden, deres egne umiddelbare reaktioner på modgang og mødet med autoriteter, har været fremhævet som gavnligt.

Psst.. hvis du er interesseret i denne spindelvævsforståelse, så tjek Sherry Hamby og John Gruch ud – The web of violence: Exploring connections among different forms of interpersonal violence and abuse (2013).

Vejen ind til rådgivning

De unges vej ind i rådgivningen varierede. Halvdelen har selv henvendt sig fra en kampagne på Metas platforme, mens resten er blevet rekrutteret gennem lærere, familierådgivere eller andre fagpersoner. At det er 50/50 er ikke helt retvisende i forhold til at se hvad der har været mest effektivt. Der er nemlig brugt substantielt længere tid på at opnå kontakt gennem fagpersoner end kampagnens levetid. Dette viser, at kampagneindsatser kan skabe kontakt og grundet kampagnens korte levetid på 2.5 uge peger det ind på, at det er en målgruppe der ønsker og søger hjælp.

Fagpersoner

I en stor del af projektet var den førende tanke at drengene bedst ville blive "fundet" gennem samarbejde med fagpersoner og andre tillidspersoner rundt om dem. Det var dog ikke så let at få et effektivt og givende samarbejde op at køre med fagpersoner som forventet. På trods af den tydelige entusiasme og interesse der blev vist under SSP+ møder, møder i forskellige kommuner og efter oplæg i to FGU-klasser, så

kom der altså kun ganske få unge og fra henvisninger herfra. Især når man indregner hvor resourcekrævende det var.

Efterfølgende refleksion med nogle af fagpersonerne har vist at der er behov for et tættere samarbejde og relation, så det bliver en prioritet og del af deres praksisgange.

Det kræver en mere struktureret indsats, med gentagende møder og kontakt med de samme fagpersoner for at få et reelt samarbejde i gang og flere henvisninger.

Online kampagne

Modsat erfaringen med fagpersoner står erfaringen fra en online kampagne.

Den blev gennemført på Metas platforme og varede 2,5 uge. Her skrev 22 drenge for at høre om et samtaleforløb. Vi kom i egentlig dialog med ni unge og syv deltog efterfølgende i et forløb.

Kampagnens ordlyd var baseret på anbefalinger fra de drenge, der deltog i behovsanalysen. De pegede på, at sproget skulle tale ind i drengenes muligheder for at få mere kontrol, ved at skrive variationer af "Styr din vrede før den styrer dig". Derefter blev der lagt vægt på en enkel henvendelsesformular, så de let kunne blive ledt videre til rådgivningen.

Kampagnen nævnte ikke voldsudsathed. Alternativ til Vold – Ung ser, at 90% af deres unge i behandling for volds- og aggressionsproblemer er vokset op i et hjem med vold (Eriksen 2016). Med en arbejdshypotese i baghånden om, at det samme eller lignende ville være gældende i Danmark, blev der kun kommunikeret ud til voldsomheden og ikke voldsudsathed. Det viste sig at være rigtig: alle de unge, der tog kontakt gennem kampagnen på baggrund af deres udadreagerende adfærd, havde også oplevet vold i deres opvækst.

At 22 unge rakte ud på så kort tid, var en glædelig overraskelse. Kampagnen blev endda nødt til at blive afsluttet før tid, da der ikke var mulighed for at have flere rådgivninger i gang. Derfor lyder en anbefaling herfra at kommunikere direkte til de unge og stol på de rækker ud – hvis det er simpelt nok. For der er mange unge drenge og mænd derude, der ønsker hjælp til at føle flere nuancer, handle blidere og med større respekt for andre.

Motivation for at række ud

De unges bevæggrunde for at tage kontakt var forskellige, men visse mønstre gik igen. Nogle skrev ganske kort – fx "vrede og jeg har ADHD" – mens to stykker gav længere beskrivelser af situationer, hvor de havde overskredet andres grænser. I samtalerne stod det tydeligt, at flere søgte hjælp, når deres vredesudtryk begyndte at give konsekvenser i deres liv. Fem af de otte unge der kom i forløb fra kampagnen henvendte sig grundet problemer i skolen, advarsler på arbejdet eller risiko for at miste jobbet, eller deres kæreste. At det er de ydre konsekvenser, der får drengene til at søge hjælpen ses også her:

Jeg var meget fikseret på "kan du hjælpe mig med at flytte ud? Kan du hjælpe mig med min boligsituation? Nej OK så gider jeg ikke." Det var lidt den indstilling jeg havde indtil jeg fik flyttet ud. Jeg fik udskudt mit studieår, og jeg fik imodekommet den dispensation ansøgning, jeg havde sendt af sted, og alle de der ting. Det var først efter, at jeg havde fået gjort alle de ting, jeg var flyttet ud. Og jeg så stadig ikke... havde ændret mig. Der blev jeg bare nødt til at være ærlig over for mig selv. Det var sådan lidt det, og så kontaktede jeg Lev Uden Vold i september, der sagde jeg skulle snakke med jer. (...)

Dreng 24 år

Men denne ydre motivation kan og har bevæget sig til at blive en indre motivation gennem rådgivningerne.

Det var lige over halvdelen af alle henvendelser, der ikke svarede på den opfølgende mail om et forløb. En måde at få kontakt med dem kunne være en kampagne der kørte igen senere, så de havde mulighed for at tage kontakt på ny når motivationen rammer igen.

Grib dem!

Det er ikke godt, men når man prøver at råbe på hjælp, så kommer der ikke nogen. Det er derfor, jeg har lidt mistet håbet på at hjælpe mig selv. Fordi der er ikke nogen, der gider at bakke mig op.

Dreng, 16 år

Det stiller krav til rådgivningen. Når de endelig rækker ud, skal man gribe dem med det samme. Drengene fik alle et svar på kontaktformularen 1 – 3 dage efter de havde skrevet til kam-pagnen med kort information om forløbet og tilbud om telefonopringning. På intet tidspunkt skulle drengene vente længere end 1-2 uger på deres første samtale.

At der ikke var venteliste og at de blev grebet hurtigt efter de havde rakt ud ses også som et vigtigt greb i fastholdelsen. En af de ting, der peger på det er, at de unge der er faldet fra tidligt i forløbet, har været efter en aflysning af en samtale grundet sygdom, arbejde mv., og der dermed har været længere tid mellem samtalerne.

... Og hold fast

Samtaleforløbene har spændt sig fra alt fra en enkelt gang til 12 samtaler, med et gennemsnit omkring de 8-9 gange. Erfaringen indikerer at ældre deltagere har længere forløb og opnår tydeligere forandring. De yngre og de der har reflekteret, mindre over egen voldserfaring har hurtigere afsluttet forløbet ved f.eks. ikke at besvare sms'er. Det kan ses som en indikation på at rådgivningens relevans for egen forståelse af sin situation samt alder kan påvirke fastholdelse i et forløb.

Centrale temaer fra samtalerne

På tværs af forløbene er der mange temaer der går igen. Disse vil blive vist i dette afsnit, hvorefter temaet drejer sig på selve rådgivningsindsatsen.

Mobning - voldens spindelvæv

Men det er også den... det mærke man får, når man starter med at blive mobbet og slået og alt det. [...] At man ikke er noget længere. At man har mistet håbet over alt

Dreng, 16 år

Som noteret så var det ikke alle unge der søgte rådgivningen, der havde udfordringer med voldsbrug og aggressioner. Der ses en tydelig adskillelse mellem de unge, der har været udsat

for mobning og de der ikke har, der tegner et billede af, at oplevelser med mobning er vigtige at være nysgerrige på.

De unge der ikke har oplevet mobning i skolen, havde ikke aggressionsproblemer. Mens de unge, indgik i et forløb grundet deres aggressionsudfordringer alle undtagen én enkelt var udsat for mobning i skolen.

Både mobning og vold angriber ens værdighed, grænser og muligheder for på tryk vis at udforske hvem man er. Kort sagt, udfordrer det stærkt udviklingen af at tro på, at man ikke er god nok. Voldens konsekvenser er ikke "blot" den direkte skade den udøver, men også hvad den fratager såsom ro og trygge omgivelser (Aldwin, 2007, Katz 2022). Derfor er denne blanding af grænseoverskridende og værdighedskrænkende adfærd så skadefuld – den efterlader få eller måske ingen sunde udviklingsrum¹.

Mobning kan ikke på dette grundlag ses som en direkte kausalitetsfaktor til "voldsarven", men det viser et potentiale i yderligere undersøgelse i samspillet mellem voldens konsekvenser og mobningens konsekvenser. Samt en mere overordnet perspektiv på voldens konsekvenser på børn, der kigger nærmere på børnefællesskaberne og mulighederne for at indgå i og med dem.

Og i forhold til praksis, så peger det på at det voldsfaglige felt med fordel kan udvide "voldsblikket" og aktivt arbejde med barnets placering i børnefællesskaber og hvordan mobning kan spille ind i et barns udvikling – særligt når barnet ikke oplever trygge rammer hverken i hjemmet eller i skolen.

Voksne dur ikke

Det er ikke kun ens selvforståelse der kan påvirkes af mobning og vold, men også ens forståelse af verden.

Flere af de unge, der havde oplevet mobning, havde en oplevelse af at de voksne enten ikke ønskede at hjælpe dem eller ikke formåede at hjælpe dem. Dette var endnu en bekræftelse på at voksne eller autoriteter ikke er en støtte i ens liv og i værste fald bevidst ikke ønsker at hjælpe én. I behovsanalysen er det beskrevet hvordan drengene til workshoppen havde sva-

1. Det er også værd at nævne at drengene med aggressionsudfordringer ikke havde stor erfaring med fritidsaktiviteter som børn, hvorfor der heller ikke var et trygt rum at finde der.

ret på hvorvidt de havde mødt en lærer som de stolede på – stolede på ville hjælpe dem.

7 ud af 11 drenge havde mødt én

4 ud af 11 drenge havde ikke mødt én eneste

Ligeledes virkede det som en bekræftelse af at verden ønskede dem ondt og at verden er utryg, hvilket er en forståelse der øger et behov for at beskytte sig selv, blandt andet gennem vold.

Det kunne derfor være relevant at undersøge nærmere, hvilken rolle mobning spiller i udviklingen af voldsom eller aggressiv adfærd, samt hvordan mobning og voldsudsathed overlapper og påvirker hinanden.

Hvorfor kan jeg ikke det samme som min søster?

Min søster hun er en meget praktisk person. Jeg synes hun er mega disciplineret og hun gør ting som hun sætter sig for at gøre. Hun har aldrig haft fravær i skolen. Hun har altid dukket op. Altid mødt op.

Fire af drengene fortalte at de var "specielt dårlige" i forhold til deres søster. Ingen af drengene sagde noget lignende om deres brødre. Fortællingen om at deres søster klarede hverdagen og livet bedre end dem fyldte meget i forhold til selvbefrielse og skam over deres situation – og endda stoppe dem fra at søge hjælp.

Jeg har brugt min søsters succes i at dukke op som en undskyldning for hvorfor jeg har ikke har rakt ud efter hjælp. [For] hvis min søster kan gøre de her ting: hun kan stå op, hun kan gøre ting, hun kan tage dig hen på skolen og hun kan få arbejde... Jamen hvorfor kan jeg så ikke når hun egentlig har oplevet det samme som jeg har oplevet? De samme traumatiske oplevelser. Den samme fare. Den samme voldelige... eller det samme voldelige miljø har hun også oplevet. Så hvorfor er det at hun ikke reagerer ligesom jeg gør.... Så jeg brugte det som en undskyldning for ikke at se det jeg gør eller ikke se min adfærd som en reaktion fra det. Men i stedet så jeg det som om at jeg bare er doven.

Ung mand, 24 år

Selvom børn vokser op i det samme hjem, behøver deres udvikling ikke at have de samme

udgangspunkter. De har måske ikke handlet på samme måde i hjemmet og volden – og børn udvikler sig ikke kun derhjemme, men i samspil og på tværs af flere kontekster og relationer.

Hvordan har deres plads i klassen været? Hvilken type opmærksomhed har de fået fra lærerne og deres klassekammerater? Har de gået til fritidsaktiviteter? Er derfor også relevante spørgsmål at inddrage i rådgivningen ligesom de fortællinger drengene har haft om dem selv eller er blevet givet af andre er vigtigt at være nysgerrig på. Drengen der er citeret her har set sig selv som doven. Det er også noget han er blevet fortalt det af hans forældre og han har en stor skam over denne ladenhed. Her er han og hans søsters forskellige måder at agere i volden på vigtig at undersøge og give ham en forståelse for hans reaktioner – at hans behov for at gemme sig fra omverdenen har givet mening i den hjemlige kontekst.

Du ved aldrig, hvornår dagen kommer, og så skal du bruge aggressioner. Og så har du glemt alt om det. Og så kan du ikke finde noget at tage frem igen... Jeg tror at, aggressioner er en del af mig. Det er en del af det liv, jeg har. Så jeg tror, at hvis jeg får det væk... Eller lærer at styre det... Så tror jeg, at jeg har mistet noget af mig selv.

Dreng, 16 år

Jeg skal præstere!

Hvad er aggression? Er det det samme som motivation? Og hvad med livsglæde, hvor hører det til?

Halvdelen af de unge trænede regelmæssigt og for seks af dem, betød træningen meget for deres identitet, velvære og var en vigtig prioritet for dem. Træningen inkluderede tunge vægte og knap så meget cardio. Træning blev omtalt som vigtig fordi det var en rutine – en måde at holde styr på sig selv på. Det er vigtigt at have et drive, ikke at lade sig falde og slappe for meget af. I træning og hverdagen.

Når det er vigtigt for de unge, er det vigtigt at kunne se det positive i ønsket om at kunne præstere – i livet og i fitness, mens man tager et kritisk blik på hvorfor det er så vigtigt at præstere og hvordan det hænger sammen med f.eks. deres selvværd. For måske det er et ud-

tryk for, at man ikke mener man er noget værd medmindre man præsterer, producerer, handler – altså at det er noget der er bundet op på deres handlinger og ikke deres selv.

“Man går da ikke i seng som uvenner”

Konflikt, grænser og sort-hvid tænkning i parforhold

Et centralt tema, der gik på tværs af rådgivningsforløbene, var de unge mænds relationer til deres kærester eller ekskærester. Fire af deltagerne havde enten mistanke om vold eller havde udøvet psykisk vold mod deres partner (eksklusiv stalking). En konflikt der ofte dukkede op handlede om, hvor meget partneren måtte gå i byen, og hvilke valg hun kunne træffe – fx tøjvalg. For nogle blev en bytur opfattet som respektløst og et tegn på potentiel utroskab, fordi drengene oplevede, at bytur = jagt efter en relation frem for socialt samvær med veninder.

Vold i nære relationer kan forstås som en interpersonel magtbalance: én søger kontrol, mens den anden forsøges kontrolleret (Isdal, 2000). Flere af drengene havde eksempler og erfaringer der viste at de havde internaliseret denne ulige magtbalance som norm for kærlighedsrelationer. Sociale medier og online influencere, der taler for “traditionelle kønsroller” eller mod feminisme, kan yderligere normalisere disse forståelser (Molin et al., 2025).

Sort-hvid tænkning og konflikthåndtering

Du kan cutte mig i to. Der er én side der er go’ og en der ikke er. Når jeg bliver sur så har du min dårlige side, over hele min krop... og så kan jeg være sød. Når jeg er glad så er jeg hel. Og så kan jeg kanalisere begge to. Lige nu er jeg begge to.

Dreng, 16 år

Hanne Eriksen (ATV-Ung) beskriver, at unge med erfaringer af svigt og utryk tilknytning ofte har en sort-hvid forståelse af relationer – og som vist i citatet, sig selv også. Relationer opleves skrøbelige: enten er man tæt, eller også er man forladt; enten er man loyal, eller også er man illoyal. Konflikt eller afstand kan derfor aktivere stærke følelsesmæssige reaktioner, fordi frygten for tab og afvisning bliver aktiveret.

I praksis blev dette tydeligt i skænderier med partneren. For nogle drenge var det respektløst, når partneren ønskede at pause en konflikt, og rådgivningen fokuserede på grænser, lighed og evnen til at aflæse den andens behov. De arbejdede med redskaber, der gjorde det muligt at trække sig på en sund måde, så pausen ikke blev opfattet som straf. For andre handlede det mere om frygt for konflikt og uafklarethed – her blev grounding-øvelser og forståelse af ubehag introduceret, så de kunne holde ud at være i relationen, selv når følelsesmæssig afstand opstod.

Forebyggelse og udvikling af sunde relationer

Derfor anbefales det at en lignende rådgivning tager dette forebyggende fokus: ved at arbejde med sort-hvid tænkning og træne evnen til at tåle uenighed og følelsesmæssig afstand kan de unge udvikle mere stabile og ligeværdige relationer. Når den unge kan holde ud at blive i relationen, selv under konflikt – og eventuel pause i snakken om den, åbnes der for nye måder at være sammen på, hvor både nærhed og grænser kan eksistere side om side.

“Vil du noget?!”

... Er en sætning, som flere af de unge fortæller, at de selv har brugt over for andre drenge eller mænd, de har mødt på deres vej. Som en ung sagde, så skal man “bare passe på sig selv og bygge sig selv op” alene.

Og så har hans vrede altid været en bombe for mig. Den har altid haft en timer. Og så har jeg altid skullet skue hvornår den timer den... udløber og så være klar på at neutralisere den lige så snart den så springer eller defuse den inden. Jeg kunne jo faktisk fange ham tidligere, inden den sprang og prøve at neutralisere eller reset timeren. Øhm, det lykkedes ikke altid, men... Det var også lidt svært at gøre, fordi når jeg har min mor som en eller anden form for fyrværkeri, som så altså... som prøver at sætte ild til den bombe der. Det var svært at forhindre det, men ja jeg har defuset bomben. Det er lidt sådan jeg føler, at det har været mine arbejdsopgaver.

Ung mand, 24 år

Børn, der har oplevet vold i hjemmet, har en øget risiko for at anskue neutrale ansigtsudtryk som negative eller truende (Renate et al., 2024). Man kan sige, at hvis man er vokset op med vold, udvikler man et skærpet blik over for faresignaler. For man har skulle kunne neutralisere bomben inden den springer og det kræver en skarp opmærksomhed. Det betyder, at man – også i ungdommen og senere hen – hurtigere identificerer potentielt truende ansigter, men samtidig bliver mere tilbøjelig til at mistolke neutrale eller tvetydige blikke som farlige. Det kan resultere i aggressive reaktioner på ellers neutrale situationer.

Det har været gavnligt for de unge at få dette fortalt, hvorfra man gennem genfortællinger har kunne finde nye nuancer i fortællingen og dermed finde nye måder de kunne håndtere en lignende (farefuld) situation i fremtiden.

Håndværker og voldsudsat - "Kan jeg få et hold-kæft bolsje, tak"

De fire unge, der var beskæftiget inden for håndværksfag, beskrev alle en arbejdskultur med et hårdt og kontant sprogbrug. Denne omgangstone påvirkede dem forskelligt. For flere af de unge var der et fælles træk: oplevelsen af, at dialog og refleksion ikke blev anerkendt eller værdsat af svende eller mestre. Deres synspunkter og behov sjældent blev hørt – ofte mødt med kritik, og det var endnu sværere at sætte grænser, udtrykke modstand og stille op for sig selv.

Dette medførte en oplevelse af lav indflydelse og begrænsede handlemuligheder, og flere udtrykte følelser af afmagt, frustration og tab af agency. I flere forløb blev det tydeligt, at denne arbejdskultur skabte en oplevelse af fastlåshed – en følelse af, at "sådan er det bare", og at der ikke var mulighed for forandring.

De gav udtryk for at det de især manglede var værktøjer til at kunne tilpasse sig og lære at håndtere autoriteter (og irettesættelser) frem for at udfordre strukturerne. "At lære at tage i mod uden at sige fra – et hold kæft-bolsje". Dette kan forstås i lyset af deres barndoms erfaringer med vold og stærke autoritetsfigurer, hvor "underkastelse" tidligere har været en

strategi for at undgå konflikt eller fare. For nogle betød mødet med en dominerende mester eller hård arbejdsledelse, at tidligere erfaringer med afmagt og frygt blev genaktiveret, hvilket forstærkede deres stress og reaktionsmønstre.

... hvor ender den vrede, sorg og de grænser, de undertrykker på jobbet?

Undertrykte behov og emotioner vil ofte finde et udløb i andre relationer, eller som Per Isdal (2000) siger: vold der kommer ind, kommer også ud – ofte ikke samme sted. Disse forløb har indeholdt en bekymring over, at strategien om at undertrykke sig selv på arbejdet kan øge risikoen for at bruge vold i kæreste forhold.

Der er et videnshul omkring overlappet mellem, hvad vi ved om brugen af vold i nære relationer, og de krav, som nogle håndværkere oplever – både i forhold til undertrykkelse af egne behov og følelser samt sproget, der anvendes. En anbefaling vil derfor være at undersøge nærmere sammenhængen mellem arbejdskultur, sprogbrug og vold i nære relationer, særligt i fag, hvor en hård omgangstone og et tydeligt magthierarki er en del af den professionelle kultur.

Psst... Der er også nylig opmærksomhed på de vilkår og voldsomheder som lærlinge indgår i og med. Se blandt andet DR3s program "Bare en Lortelærling".

Selve indsatsen

En voldsfaglig stærk rådgivning til unge

Vold er ikke bare en erfaring du har med deg, den er gennemgripende i livet ditt.

(Bengtson, Simonsen og Terland, 2022:66).

En pointe de unge – og fagpersoner samt eksperter, lagde vægt på under behovsanalysen: at høj faglighed er vigtig, har været et gennemgående tema under rådgivningsforløbene også. Det var vigtigere hos de unge at det var én der forstod dem og kunne hjælpe dem med at forstå yderligere og ændre adfærd end hvorvidt det var fysisk rådgivning, køn på rådgiver mv. Det kræver ikke kun omsorg, men også fagligt stærke skuldre.

Ved at have et højt niveau voldsfaglighed kan en rådgivning ikke kun stille sig støtten-

de og motiverende, men også stille de rette spørgsmål der åbner op for de rette refleksioner – og hjælpe dem med at få et sprog for det de har oplevet og føler. Spørgsmål såsom har det været utrygt derhjemme, har dine forældre skændtes hvor det kunne føles voldsomt og har det skulle passe meget ind i hvordan din mor/far ønskede det skulle være? Ved at fortælle om hvad vold er, de forskellige definitioner og sammen finde ord, der føltes hjemmевant hos de unge, er ansvaret placeret hos den rette (voldsudøveren) og fjerne den hos de unge, dermed give det et mere tydeligt blik over hvad de har oplevet i hjemme og til slut tale om hvordan en barndom med vold og en ungdom der er (ekstra) svær, kan passe sammen.

Styrken ved voldsfagligheden viste sig blandt andet som en form for oversætter mellem psykologien og de unges levede liv. Hos de unge der havde været i forløb hos en psykolog, italesatte de, at de manglede en form for forbindelse mellem psykologiens rum og voldens rum – at få konkrete ord, beskrivelser og viden om vold, blev den vigtige viden de havde fået med fra psykologen forstærket yderligere.

Hvordan taler vi om volden?

Et centralt aspekt har været sproglig afstemning i samtaler med unge. Erfaringer fra behovsanalysen viste, at begreber som "vold" kan være konfronterende og skabe distance, mens ord som "voldsom" kan åbne for refleksion og dialog. Ved at tilpasse sprog og spørgsmål til den unges oplevelsesverden blev det muligt at udfolde erfaringer med konflikter, magt og grænser, uden at de unge følte sig pressede til at navngive eller analysere oplevelser, de endnu ikke var klar til at italesætte.

Konkrete ord og sætninger, der har været brugt under disse samtaler for at udfolde eventuel voldshistorik har været:

- Kunne det føles lidt voldsomt derhjemme nogle gange?
- Har dine forældre skændtes meget eller højt? opfulgt af: og hvad gjorde du, når de skændtes?
- Kunne din far/mor godt være ret perfektionistisk?

- Hvordan trøstede din mor/far dig som barn?
- Hvad tænker du psykisk, fysisk, latent, mv. vold er?
- Hvis du vil have børn, hvad tror du, du vil gøre anderledes end det, som dine forældre har gjort?

Det er også relevant at spørge ind til første minder om forældrene eller hvordan de vil beskrive deres forældre – hvilke fornemmelser de får. Nedenstående er et citat fra en ung mand, hvor det voldsomme hos hans far står tydeligt frem i hans tanker om faren og i rådgivningen. Det er ikke alle det er så tydeligt. I citatet får man hurtigt en viden om hvor udpræget volden er, selvom der ikke er beskrivelser af selve volden:

Mig og min søster vi har altid set vores far som. Det lyder meget aggressivt men... Et monster. Altså vi så ham som et uhyre og ofte når jeg tænker tilbage så er det... så er han for-skygget og en smule sløret. Men når jeg husker ting klart og specifikt, så er det meget hans øjne i de momenter hvor voldelighederne kommer frem. Og der har jeg ikke kunnet beskrive det på andre måder end reptiløjne. Meget små pupiller og... I mit hoved bare, hvad der automatisk kommer frem uden at skulle overhovedet reflektere eller tænke over det har bare været reptiløjne. Det er meget dyrisk og uhyggeligt. Det er det billede jeg altid har haft af min far da jeg var mindre. Og da vi voksede op sammen i samme hjem.

Ung mand, 24 år

Denne tilgang understøtter en traumebevidst og relationel metode, hvor målet er at skabe kontakt, regulere følelser og fremme refleksion, før konkrete handlinger eller konfrontationer introduceres. Ved at anvende sproget som et redskab til at rumme og forstå det voldsomme kan rådgiveren gradvist støtte den unge i at sætte ord på oplevelser, skabe sammenhæng og styrke evnen til at håndtere svære følelser – et vigtigt fundament for forebyggelse af fremtidig vold og udvikling af sunde relationer.

Vold og hverdagen

(...) det var så indgroet en del af hverdagen. Og så var der bare dårlig stemme. Der var bare... Fuck. Hun var bare sur eller noget. Hele tiden. Så jeg tror ikke engang, at jeg kan pinpointe en episode.

Ung mand, 24 år

Når man oplever vold i nære relationer, så er det ikke "bare" enkelte voldshændelser man oplever, i stedet så lever man i vold (Mohaupt 2024, Katz 2022). Det er også noget som coercive control highlighter. At det er en konstant og hverdagslig affære, som voksne og børn må navigere igennem. På dén måde giver det mening at tage et bredere og mere hverdagslig perspektiv, i arbejdet med voldsudsatte – og udøvende, børn, unge og voksne. Ligeledes vides det at voldens konsekvenser ikke kun viser sig i de kontekster, volden udspiller sig i men f.eks. reaktioner kan ses i andre kontekster såsom skolen. Ligeledes viser forskning at hvis man oplever vold i hjemmet så er man i risiko for at opleve andre ud-sathedder såsom mobning, hvilket også ses i de unge i vores rådgivning (Felitti et al. 1998).

Følgende er eksempler fra forløbet med et udviklingsfokus, eksempel fra hvordan man kan tale om hverdagen i en visitationssamtale for at få viden om den unge og hvordan hverdagen kommer ind i praksis – og når hverdagens kriser vejer tungere end rådgivningen.

Uden mad og drikke duer helten ikke

Efter råd fra både Hanne Eriksen og psykolog Ditte Brorson, Institut mod Vold, har et greb været at arbejde med deres spise- og søvnvaner. To ting der er ganske konkrete og som påvirker deres humør, impuls kontrol og overskud (Wang et al. 2024, MacCormac og Lindquist 2019).

Flere af de unge spiser ganske uregelmæssigt og selv hvis træningen er regelmæssigt betyder det ikke at energiindtaget er.

Det vigtigste i dette er ikke hvad de spiser, men hvor ofte de spiser. De skal gerne spise 4 gange om dagen – morgen, middag, eftermiddag og aften, iflg. Brorson. Noget ingen af de unge i rådgivningen gjorde. Hos én af de unge blev det et mål at han skulle prøve at sove før kl 24.00. Dette oplevede han skabte mere ro og overskud dagen efter.

Når de unge formår at få en mere planlagt hverdag i form af regelmæssig mad og/eller søvn kan de opleve en selvtilfredshed over at kunne passe på sig selv. Noget som kan være svært for drenge af flere grunde blandt andet deres alder. For 8 af drengene var det forholdsvis nyt at de skulle køre deres egen hverdag.

Når man formår at opfylde egne behov såsom mad og søvn kan det også ses som selvomsorg. Og selvomsorg er noget der er svært for mange af de unge, der ellers talte mere om "disciplin, målsætninger og succeser"

Det var dog svært for mange af drengene at følge én eller begge af disse vaner, hvorfor en anbefaling lyder at man i arbejdet med dette afholder korte men ofte check-ins.

Når hverdagen kokser og relationelle handleevner

En central forskel mellem unge, der vokser op i hjem præget af vold, og unge, der kommer fra hjem uden vold eller lignende problematikker kan være afstanden mellem forældrene og den unge i form af hjælp. For især tre af de unge havde det været en udfordring i deres ungdom, at de ikke kunne flytte hjem med samme "lethed" som deres kammerater, hvis behovet opstod og/eller oplevede en komplet mangel af følelsesmæssig støtte. I stedet står de alene med ungdomslivets krav – regninger, studievalg, indkøb, madlavning og organiseringen af hverdagen – også når det hele "kokser" og de reelle valgmuligheder synes at være få.

En handleevne der blev arbejdet ekstra med i sådanne oplevelser kan være den relationelle handleevne (Edwards 2005). Evnen til at række ud til sit netværk, bede om hjælp – og også at tilbyde den. En evne som var svær for mange af drengene, der i tråd med andre rapporter havde en forståelse af, at de skulle klare alt på egen hånd. Hvis denne evne ikke har været understøttet grundet et voldsomt hjem der har virket isolerende, står de endnu mere udsat da deres oplevede muligheder er få. Når man rækker ud, udfolder man nemlig antallet af mulige veje og dermed muligheden for at kunne forandre sin verden og fremtid.

En ung fortæller, hvordan den måde rådgiveren og ham talte på og at emnerne ikke var af-

grænset, kun til volden var godt. Det gjorde han så frem til samtalerne, da det føltes som om det var én der var interesseret i hans liv og ikke kun volden – og efter han har passet på hans søster i mange år, var det rart, at det føltes som om, der var én der passede på ham.

Det har ikke føltes som en “læge patient” relation. Og det har... det kan jeg personligt godt lide. Det er noget jeg har været bange for i forhold til det der med... læger og psykiatri og det der. Det har i hvert fald hjulpet mig ikke at se mig selv som syg. Eller at det er noget som jeg fejler.

Ung mand, 24 år

Derfor lyder en anbefaling at der i rådgivningsarbejdet ikke kun fokuseres på volden som et isoleret problem, men også på, hvordan man kan støtte de unge i at skabe handlemuligheder i deres hverdag. Det kan være gennem praktiske løsninger, justeringer i dagligdagen eller ved at styrke deres relationelle netværk. Og ikke mindst, at man også tager tiden til at lære dem at kende – det bidrager både til det relationelle arbejde, giver vigtige indsigter til arbejdet og ikke mindst er humaniserende.

Hvis man skal snak’ med nogen... Så skab et lille bånd med personen. Kend lidt til personen osv. Kend personens historie.

Dreng, 15 år

Online og telefonisk rådgivning

Online rådgivning muliggjorde kontakt til unge, der sandsynligvis ikke ville have henvendt sig til os ellers. Der var ønsker om at fremstå så anonymt som muligt, travlhed og geografiske begrænsninger, der gjorde det svært at se sig selv tage til en fysisk rådgivning.

De digitale eller telefoniske samtaler gav større fleksibilitet. Det viste sig især gavnligt for drengene i håndværksfag, der ofte har lange arbejdsdage. Her var det en fordel at kunne tale med en rådgiver i arbejdstiden eller hjemme efter fyraften.

En anden væsentlig gevinst var muligheden for fuld (visuel) anonymitet, som nogle deltagere ønskede. Denne anonymitet gjaldt begge veje. To af de unge italesatte nemlig et ønske om at det ikke kun var for selv at være anonym, men også så rådgiveren var anonym for dem.

Tre forløb kørte med hybrid rådgivning, hvor online rådgivninger blev suppleret med fysiske møder. En ung mand (24 år), der indgik i et hybrid forløb fortæller om dét og oplevelsen af online rådgivning:

Jeg kan ikke rigtig komme på nogle negative ting i forhold til at køre online udover... Jo selvfølgelig den fysiske menneskelige kontakt. (...) Jeg ved ikke, om jeg havde fået mere eller mindre ud af det, hvis vi havde kørt den rent fysisk eller ren online. Men jeg synes det har været rart at se dig fysisk og være i et lokale med dig fysisk også. Jeg tror også det har været over i det online rum.

Ung mand, 24 år

Muligheden for online eller telefonisk rådgivning udvidede målgruppen til at inkludere unge fra hele landet – også yderområderne. Områder hvor der opleves færre tilbud til unge. Lev uden Volds nylige publicerede kort over ambulante rådgivninger til voksne viser samme tendens. Her kan man blandt andet se hele den jyske vestkyst og Lolland Falster har ganske få tilbud sammenlignet størstedelen af landet (LUV 2025). Hvis der er et ønske om at nå unge udenfor de større byer, så er en anbefaling at man kan se på hvordan man kan blive skarpere på online og telefonisk rådgivning. Eller blot begynde at tilbyde det.

Jeg har det ikke så godt med, at sidde og tale om mine følelser, i et meget lyst rum hvor der ikke er så meget “fyld” i. Jeg skal jo føle, at jeg kan gemme noget, på en eller anden måde.

Dreng, 15 år

Når man ikke vil være den første...

Flere unge har fortalt, at deres venner også kommer fra hjem med vold. Det bidrager til en normalisering, hvor volden ikke nødvendigvis opfattes som alvorlig – det bliver et vilkår man bare må leve med.

I forlængelse, så peges der mod en tendens til at forstå vold og dens konsekvenser som et miljøproblem snarere end et personligt eller indre anliggende. Hvis man flytter væk, skifter omgangskreds eller starter forfra, er tiltroen til at konsekvenserne forsvinder af sig selv.

jeg har altid vidst, at det har været traumatiske oplevelser, og det har været... Det har været en svær opvækst, men jeg har aldrig nogensinde været opmærksom på hvorvidt det egentlig har påvirket mig til at være en varig ting i stedet for bare et miljø. Og så har jeg aldrig nogensinde, du ved tænkt over at jeg skulle snakke med folk omkring at jeg havde brug for hjælp. Jeg ved ikke... sådan diverse eksperter, psykologer og så videre.

Ung mand, 24 år

Et dilemma i den opsøgende indsats blev samtidigt tydeligt: mens det er en fordel, at rådgiveren møder de unge dér, hvor de er, kan genkendeligheden af rådgiveren betyde, at andre opdager, at man søger hjælp. Det kan virke hæmmende i en kontekst, hvor sårbarhed bliver beskrevet som svaghed.

Foruden ovenstående, så er unge mænds besværlighed ved at søge hjælp beskrevet i det tidligere vidensprojekt – Drenge Bryder Tavsheden.

Altså er der flere barrierer udover perspektivet om at unge mænd ikke søger hjælp grundet en maskulinitetsforståelse, som beskrevet i andre rapporter (bla. Børns Vilkår og Drenge Bryder Tavsheden). Barrierer der går på tværs og påvirker hinanden – og som kan hæmme erkendelsen af behovet for (professionel) ... og at det er okay.

Behov for hurtig effekt – konkrete greb i rådgivningen

Det var et tydeligt ønske om at få hurtige og konkrete løsninger, med tydelig effekt. Dette blev også italesat af Hanne Eriksen (ATV) tidligt i projektfasen som understregede vigtigheden af, at rådgivningen tager udgangspunkt i noget konkret og umiddelbart anvendeligt – f.eks. at hjælpe en ung med at formulere en mail, kontakten nogen, eller håndtere en konkret situation.

Selvom det ikke altid var muligt at arbejde så direkte, var det et effektivt greb, særligt for de unge der ikke indgik i længerevarende rådgivningsforløb. For denne gruppe var det afgørende at de hurtigt kunne tage noget brugbart med sig – også selvom det ikke var fuldt forankret eller bearbejdet.

Et af de værktøjer der blev anvendt i dette arbejde var Per Isdals træningsmanual “Enkel og Effektiv Aggression Kontrol – 4 trin”. Metoden bygger på forståelsen af at krop, tanker, følelser og handlinger er forbundne og dermed vil en ændring i ét område kunne påvirke de øvrige. Det betyder f.eks. at hvis vi ændrer på kroppens spændingsniveau så kan det påvirke både handlinger og følelser

Den måtte dog tilpasses til målgruppen, hvorfor der ikke blev brugt de anbefalede antal sessioner. Hos fire unge hvor der blev arbejdet med værktøjet over 2-3 sessioner, viste det sig stadig brugbart og tilbagemeldingerne var at der var sket reelle adfærdsmæssige forandringer. For de resterende gav det mest mening at introducere og arbejde med aggressionsbevægelsen som et enkelt og lettilgængeligt redskab.

Når hjælpen er én af mange

Ønsket om den hurtige hjælp kan også ses i lyset af at det er en målgruppe hvor flere har andre indsatser omkring dem. F.eks. havde tre unge en dom fra Ungdomskriminalitetsnævnet eller afventede dom under rådgivningen, hvorfor de havde mentorer og andre indsatser. Andre unge havde møder med skolen, socialrådgiver mv. Alt sammen obligatoriske. Derfor var denne indsats svær at prioritere, da den var frivillig. Der var blandt andet flere episoder hvor de unge aflyste på dagen, da de ikke kunne nå mødet mellem de forskellige indsatser eller ikke “orkede” at tale mere om dem selv.

En indsats der vil være en del af Ungdomskriminalitetsnævnet foranstaltninger vil sikre en stabil og længerevarende forløb til de unge på kanten, ligesom Alternativ til Vold – Ung, i Norge.

At få taget ansvar fra dig - og givet et nyt ansvar tilbage

Sideløbende med ønsket om hurtige løsninger udtrykte flere unge et behov for forståelse både af deres egne reaktioner og af sammenhængen mellem deres barndom, oplevelser og nuværende adfærd. De ønskede at forstå, hvorfor de har det, som de har det, og hvordan de kan ændre det. Man kan sige, at arbejdet i høj grad handler om at fratage dem ansvaret for det, de oplevede som børn – mens man arbejder med at tage

ejerskab og ansvar over de handlinger man udøver i ungdommen². Mens følelsen af ansvar i forhold til voldsudsatheden bliver taget fra dem og konsekvenserne heraf, er det samtidig vigtigt at vise, at han har handlemuligheder og evnen til at tage valg i livet – herunder at vælge ikke at bruge vold.

Derfor er det afgørende, at rådgivningen bygger på høj voldsfaglighed og en metodik, der både styrker forståelsen af egen historik og samtidig fastholder fokus på egen handleevne og ansvar. Når de unge oplever, at de selv har kontrol og mulighed for at handle anderledes, øges deres følelse af sikkerhed og mestring – og dermed deres mulighed for et mere stabilt liv. Et liv, hvor vold ikke er nødvendigt.

Eksterne samarbejdspartnere

Projektet har samarbejdet med Dialog mod Vold (DMV) og Ung uden Vold (UUV). Dialog mod Vold har især fungeret som faglig supervision og sparring gennem en fast kontaktperson, mens Ung uden Vold har været et samarbejde om ungdommen og ungevoldsfaglighed.

DMV er en landsdækkende psykologisk indsats til voksne der bruger vold i nære relationer og bygger på over 20 års erfaring. Deres faglighed er specialiseret og af et højt voldsfagligt niveau, hvorfor deres viden og erfaring er vigtigt for andre, der er interesserede i at arbejde med en lignende målgruppe.

Dette var også tydelig gennem projektet med samarbejdet med psykologer Torkild Fogh Vindelev og Kristoffer Sejergaard, der har rådgivet og superviseret enhver tvivl eller faglig udfordring, har måttet opstå. De har også bidraget til at understøtte en form for oversættelse mellem den faglighed som anvendes til voldsudsatte og til hvordan anvendelsen af selvsamme til arbejdet med dem der er voldsomme og udviser tegn på at være voldsudøvende.

Balancegangen mellem hvad Voldsudsatte Drenge på Kanten kan og bør håndtere og hvornår behovet er en psykologisk indsats hos DMV

har også været vigtig at få afklaret. Dette har kun styrket det tvær-organisationelle samarbejde, så de to unge der ønskede det, lettere kunne tage kontakt til DMV.

Sejergaard og Vindelevs beskrivelse af hvordan man arbejder med unge der bruger vold i nære relationer, og dermed hvilke vinkler denne indsats også har taget til sig, kan læses i bilaget.

Ung uden Vold er et partnerskab mellem Lemvig, Struer og Holstebro kommuner, Midt- og Vestjyllands politikreds ved Holstebro Krisecenter. Det er en rådgivende indsats til unge op til 18 år (unge kvinder over 18 år, kan modtage et forløb hos Sig Det Til Nogen rådgivning) der har oplevet vold i hjemmet eller kærestevold. Den anden pendant i projektet er uddannelse på samtlige overbygningen i de tre kommuner. Samarbejdet med UUV har muliggjort tilgang til lokaler i de tre kommuner, hvis der kom unge fra disse områder samt generel ungevoldsfaglig sparring. Dette samarbejde har gjort det tydeligt hvor mange muligheder der opstår når vi arbejder på tværs af organisationer og potentialet i at samarbejde om kærestepar står især tydeligt frem. Med det menes det, at flere unge der har været i forhold med én der bruger vold, fortæller at udøveren bor eller kommer fra et hjem med vold. I løbet af det lille års tid hvor indsatsen kunne tage sted i de tre kommuner, var der enkelte par, hvor der blev arbejdet på at drengen kunne komme i forløb hos Voldsudsatte Drenge på Kanten. Dette blev ikke muligt, men det har vist hvordan der er godt potentiale ift. ungdommen især, hvor de bevæger sig fra et voldsudsat hjem til at være voldsudøvende i deres relationer.

Hanne Rieds bidrag i bilaget kommer ind på ovenstående og en dybere beskrivelse af gavnigheden ved et sådan samarbejde.

På baggrund af disse eksterne samarbejder lyder der en tydelig og klar anbefaling til alle der arbejder med unge og kæresteforhold at se på, hvorvidt der kan skabes en lignende konstellation og udvide vore egne professionelle relationelle handleevner og på den måde udvide vores palette af hjælp vi kan give den enkelte (Edwards 2005).

2. Her skal der selvfølgelig tages højde for konteksten og magtforholdet i dem. En 14 årig elev, der er frembrusende mod en skolelærer har ikke samme form for ansvar som den 22 årige mand der er frembrusende mod sin kæreste.

Et teoretisk grundlag

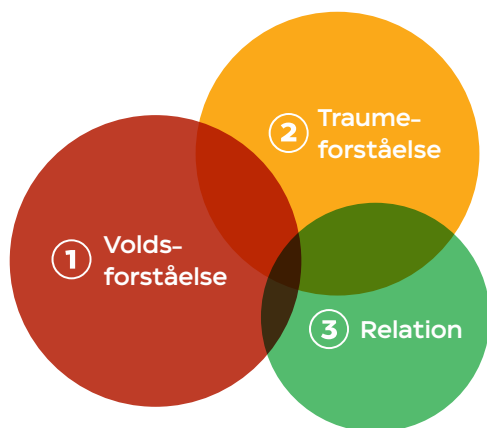
I gennem hele projektet – fra udvikling til selve indsatsen, har Hanne Eriksen, leder af Alternativ til Vold – Drammen og deres ungeindsats, været en vigtig sparringspartner, der har sikret den faglige forståelse. Som resultat deraf er det teoretiske grundlag baseret på ATV-Ung.

Alternativ til Vold-Ung

Stiftelsen Alternativ til Vold (ATV) har siden 1987 arbejdet med psykologisk behandling af mennesker, der udøver vold i nære relationer og omkring år 2000 startede deres ungeindsats for unge med volds- og aggressionsproblemer.

Eriksen har beskrevet tilgangen i vejledningen *Prøv å forstå meg – behandling av ungdom som bruker vold* (2016), som ligger til grund for den voldsfaglige tilgang i dette projekt.

Eriksen peger på, at arbejdet med unge med volds- og aggressionsudfordringer forudsætter en særlig forståelse af vold og traumer samt evnen til at opbygge relation og tillid (Eriksen 2026, s. 4). Deres tilgang er ikke "blot" en voldsfaglig tilgang, men en ungdomstilgang.



Ungdomstilgang

- Vold som udtryk for indre smerte

I ATV's tilgang forstås vold ikke som et isoleret problem, men som et udtryk for indre smerte på linje med andre destruktive strategier som misbrug eller spiseforstyrrelser. Bag adfærden ligger ofte oplevelser af frygt, afmagt og skam.

Som Eriksen beskriver: unge, der bruger vold, handler ud fra oplevelsen af, at de enten må konfrontere og give igen – eller underkaste sig

og miste sig selv. Vold kan i den forstand ses som en overlevelsesstrategi, der midlertidigt giver kontrol, styring og magt over eget indre kaos (Eriksen, s. 7).

Denne forståelse betyder, at rådgiveren må være nysgerrig på smerten bag handlingen frem for alene at fokusere på adfærdsændring.

At kalde vold for vold

- ansvar og bevidstgørelse

Per Isdal (2000) fremhæver, at mennesker, der har levet med vold, men som ikke selv viderefører den, har gennemgået tre processer:

- De har kaldt vold for vold.
- De har placeret ansvaret hos den rette – voldsudøveren.
- De har bearbejdet volden (Isdal, s. 174–176).

I arbejdet med unge indebærer det, at rådgivningen skal støtte den unge i at navngive volden – også når den ikke tidligere er blevet italesat eller anerkendt som vold – og placere ansvar: både for den vold, de har været udsat for, og den vold, de selv udøver. Dette er en central del af en voldsfaglig bevidstgørelse, der skaber mulighed for forandring – uden fordømmelse.

Jeg tror, at aggressioner er en del af mig... Hvis jeg lærer at styre det, tror jeg, at jeg mister noget af mig selv.

Dreng, 16 år

Volden kan altså opleves som en del af identiteten. Den professionelle indsats må altså indeholde en komponent, hvor man arbejder på at den unge støttes i at skille sig selv fra sin vold, uden at føle tab af selvværd eller styrke for at støtte deres ønske om forandring.

I ATV's tilgang er traumeforståelsen central. Eriksen beskriver udviklingstraumer som gentagne, krænkende eller skræmmende erfaringer – ofte begået af de voksne, der skulle beskytte barnet. Dette påvirker barnets evne til at regulere stress og følelser (Eriksen, s. 10).

Traumeforståelse og udvikling

De unge mænd i dette projekt har alle oplevet voksne, der ikke var i stand til at støtte dem i at håndtere følelser som frygt, vrede og magtes-

løshed. Disse følelser bliver derfor oplevet som farlige og undgås gennem aggression, kontrol eller tilbagetrækning. På den måde bliver volden gennemgribende i livet.

Som Eriksen formulerer det:

“Den [volden] er ikke bare en erfaring du har med deg, den blir det bakteppet senere erfaringer faller inn i og forstås ut fra.”

Dette betyder, at arbejdet må handle om at genopbygge tilknytning, genskabe oplevelsen af værdighed og støtte udvikling af følelsesregulering – frem for udelukkende at fokusere på adfær, må vi se bagom smerteudtrykket.

Relationens betydning

Det er meget fedt det der med at have en, der vil dig, sådan næsten uanset hvad man gør. Fordi når man ligesom får vist det, som ung mand og sådan noget, særligt når jeg har været udsat for så meget svigt, så får jeg ligesom set, så betyder det rigtig meget for mig.

Ung mand, 22 år

Relationen mellem rådgiver og ung udgør den bærende bjælke i arbejdet. Som Isdal (2000) beskriver, er vold en interpersonel handling – og det er gennem en ny relationel erfaring, at forandring kan finde sted. Samtidig er det en gruppe, hvor mange har oplevet dehumaniserende reaktioner fra andre og brud på relationer.

Et grundprincip i ATVs tilgang er derfor at adskille personen fra handlingen. Den unge er ikke sin vold – men har ansvar for sine handlinger. Det skaber et rum, hvor både ansvar og menneskelig værdighed kan eksistere samtidig.

Eriksen noterer at flere unge i denne målgruppe italesætter en form for sort-hvid tænkning, hvor mennesker enten ses som gode eller dårlige, loyale eller illoyale. Når der ikke er rum til nuancer og bevægelse, så udfordrer det relationer og fastholder dem i utryghed. Rådgivningens opgave bliver her at støtte refleksion og udvikle nuancerede forståelser af sig selv og andre – et afgørende skridt mod sundere relationer og stabilitet.

Metodiske implikationer

Hvis man arbejder ud fra ATVs ungeforståelse, så betyder det blandt andet følgende:

- Fænomenologisk tilgang, hvor rådgivningen tager udgangspunkt i den unges fortælling om og oplevede smerte samt skabe et rum hvor denne kan udforskes uden skam og for-dømmelse af ungdommen foran dig
- Ansvar og værdighed må arbejdes med samtidigt. Både for den vold de har oplevet samt den de bruge.
- Rådgiveren forstår vold i ungdommen som et udtryk for indre smerte – og ikke et isoleret problem, hvorfor der ikke blot er fokus på adfærdsændring men også selvforståelse, stressregulering, affektregulering og tilknytning.

Psst... hvis du vil lære mere om *Alternativ til Vold - Ung og deres metoder*, så er værktøjshæftet “Prøv å forstå meg” af Hanne Eriksen tilgængelig på deres hjemmeside

Intersektionel forståelse af udsathed

Studier og begreber, der beskæftiger sig med fler-udsathed, viser, at en barndom præget af vold ikke alene øger risikoen for et fremtidigt liv med vold, men også for udviklingen af fysiske sygdomme som kræft, hjerte-kar-sygdomme og kroniske smerter (Fletelli 1999, Hamby et al. 2018). Forskningen peger desuden på, at udsathed sjældent står alene, men optræder samtidig og på tværs af flere livsområder. Denne kumulative effekt betyder, at jo flere former for udsathed et menneske oplever, desto større bliver de samlede konsekvenser.

Denne forståelse genfindes i begreber som Adverse Childhood Experiences (ACE), poly-victimization og spindelvæv af vold (Hamby & Grych, 2013). Sidstnævnte begreb retter særligt fokus mod, hvordan forskellige former for vold og overgreb ofte forekommer i kombination og gensidigt forstærker hinanden. Lignende mønstre ses hos de unge i dette projekt, hvor eksempelvis mobning og eksklusion i skolesammenhæng påvirker deres sociale placering og oplevelse af sig selv som stående “på kanten” af fællesskaber.

Når man arbejder med mennesker, der har oplevet vold, bliver det derfor nødvendigt at se ud over selve volden og samtidig rette blik-

ket mod de sociale kategoriseringer, den unge bærer med sig og bliver mødt gennem. Det kan være etnicitet og racialisering – hvor oplevelser af racisme og minoritetsstress kan spille ind (Khawaja 2020) eller kønsidentitet, hvor det at være dreng eller mand kan gøre det sværere at søge støtte i sociale netværk.

Det er væsentligt at forstå, hvordan disse kategorier overlapper, påvirker hinanden og hvordan de tilsammen former den unges oplevelse af sig selv og sine muligheder for at handle.

Derfor er rådgivningen forankret i et intersektionelt perspektiv. Her anlægges, med Jakobsens ord (2023, s. 12), en forståelse af

“hvordan skæringspunkter mellem historisk og socialt indlejrede kategoriseringer såsom køn, race, etnicitet, seksualitet og klasse er med til at konstruere det enkelte individ både indefra og udefra – og hvordan disse kategoriseringer er tæt koblet til strukturel magt og dermed påvirker individets position i samfundet.”

Med andre ord handler det om at forstå, hvordan de unges kategoriseringer både kan skabe og begrænse deres handlemuligheder. Derfor må rådgivningen være personlig, skræddersyet og baseret på en bevidsthed om de magtstrukturer, den unge lever i, påvirkes af og handler indenfor.

I praksis betyder tilgangen at rådgivningen må være fleksibel, skræddersyet og kontekstbevidst. Det kræver en rådgiver der er,

- Opmærksom på hvordan de sociale kategoriseringer og positioner (klasse, seksualitet, etnicitet, køn mv) påvirker den unges muligheder og adgang til støtte og oplevelsen af at blive set og anerkendt
- Aktivt arbejder med sproget og begreberne så de unge kan genkende sig selv – uden at blive reduceret til en kategori(!)
- Kontinuerlig og aktivt reflektere over egen position og de magtrelationer der opstår i mødet – og verden udenfor.

Den grundlæggende forståelse af rådgivningen er da at det må anses som værende en relationel og magtbevidst praksis, hvor målet er at støtte den unge i at genvinde handlekraft – ikke blot som individ, men en person der agerer inden for bestemte strukturelle rammer.

Konklusion

At arbejde med voldsudsatte drenge og unge mænd på kanten er et vigtigt og krævende stykke arbejde. For mange af dem er vold ikke et enkeltstående problem, men et gennemgribende vilkår i deres liv, der går på tværs af de forskellige kontekster og relationer de indgår i og med.

Derfor er tillid det første og vigtigste skridt. Uden den, intet forløb. Det kræver tålmodighed og en oprigtig nysgerrighed, hvor rådgiveren tør blive stående, også når de unge tester relationen. En rådgivning med høj volds- og relationsfaglighed er afgørende. Rådgiveren skal kunne forstå voldens mange ansigter – både som smerte og som strategi – og møde den unge med et blik for hans ressourcer frem for hans reaktioner.

Erfaringerne peger på at mobning muligvis kan fremstå som en vigtig indikator for, hvilke unge der risikerer at blive udøvende. Den erfaring bør bruges tidligt i forebyggende arbejde, aktivt i det voldsfaglige arbejde og videre undersøgelser i det er relevant. Ligeledes erfaringer/indikation på, at mange af de unge mænd søger mod fagmiljøer, hvor der tales hårdt og forventes at man kan klare den tydelige autoritet – og at flere efterlyser hjælp til at kunne “indordne sig”. I arbejdet med denne målgruppe viser det sig også gavnligt at arbejde med det gode forhold – og skænderi, som en form for foregribende eller forbyggende indsats inden det udvikler sig.

Den gennemførte kampagne viser, at kommunikation betyder noget. Når sproget tager udgangspunkt i drengenes egne ord, og vold ikke bliver et stempel, men noget man kan tale om som “voldsomt” eller “svært at styre”, åbner de sig.

Derfor bør rådgivnings- og behandlingsfeltet fortsat udvikle indsatser, der taler direkte til de unge selv – og ikke kun om dem. Vi skal skabe rum, hvor det føles trygt at række ud, og samtidig være klar til at gribe dem øjeblikkeligt, når de gør det. For netop i det øjeblik ligger tilliden og forandringen.

At rumme og hjælpe de unge, der både er voldsudsatte og i risiko for selv at udøve vold, handler i sidste ende om at møde dem dér, hvor

de er – med viden, oprigtig interesse og vedholdenhed. Det kræver nysgerrighed på deres livsverden, forståelse for deres kulturelle og sociale kontekster, og et sprog, der ser mennesket bag handlingen.

Hvis vi som felt formår at gøre det, kan vi nå de drenge, der befinder sig på kanten – før de rammer bunden.

Om projektet og datagrundlag

Dette projekt står på skuldrene af Drenge Bryder Tavsheden – både i relation til organisationens arbejde og de anbefalinger, der herfra er kommet. Det er anbefalinger, som dette projekt kun kan bakke op om og tilslutte sig. Derfor er der også være pointer, der går på tværs af projekterne, og enkelte fund bliver ikke uddybet yderligere her, hvis de allerede er behandlet i Drenge Bryder Tavsheden.

Ligesom rapporterne kan og skal ses i forlængelse af hinanden, er projekterne også tænkt sådan internt: viden og erfaringer fra hvert projekt bliver integreret i organisationen og er med til løbende at kvalificere og styrke arbejdet.

Fundene i denne rapport bygger primært på erfaringer fra rådgivning med 14 drenge og unge mænd, der har deltaget i kortere eller længere rådgivningsforløb. Alle har været informeret om rapportens formål, og om at temaer, der går på tværs af samtalerne, kan indgå – naturligvis med fuld anonymitet og uden mulighed for genken-

delse. Alle citater stammer fra interviews med unge enten fra behovsanalysen eller foretaget efter endt forløb.

Rapporten bygger desuden på en omfattende behovsanalyse, gennemført over seks måneder, hvor 13 unge drenge og mænd samt 15 fagpersoner og eksperter deltog. Behovsanalysen tog afsæt i et kvalitativt feltarbejde bestående af individuelle interviews, møder og workshops – blandt andet tre dage i et lokalt beboerhus og en rap-workshop faciliteret af Rappolitics. De fleste unge kom fra Midt- og Vestjylland, mens to boede på Sjælland. To havde majoritetsetnisk baggrund, resten minoritetsetnisk – et billede, der afspejler de adgangsveje givet af fagpersoner, og som ikke skal tolkes som udtryk for, at udfordringerne særligt angår minoritetsetniske drenge.

Fagpersonerne og eksperterne repræsenterede et bredt felt – både nationalt og i enkelte tilfælde internationalt. Blandt deltagerne var rådgivere fra voldsfaglige organisationer som Lev Uden Vold, medarbejdere fra +18-enhederne i København samt Hanne Eriksen, leder af Alternativ til Vold – Ung i Norge.

Der har også været rådgivninger i forskellige naturområder – omkring lokalerne i Jylland samt de unges bopæl, hvis de ikke har kunne komme til kontoret eller har haft et ønske om at være udenfor og i bevægelse.

Litteratur

- Aldwin, C. M. (2007). *Stress, coping, and development: An integrative perspective*. Guilford Press.
- Bengtson, M., Steinsvåg, P. Ø., & Terland, H. (2004). *Ungdom bak volden*. Universitetsforlaget.
- Børns Vilkår. (2023). *Unge mænd i mistrivsel – Hvorfor søger de ikke hjælp?*
- Brygger, R., & Korsgaard, S. (2024). *Etnicitet og mobbedynamikker: Skolebørns oplevelser*. Institut for Menneskerettigheder & Børns Vilkår.
- Bryd Tavsheden. (2023). *Drenge Bryder Tavsheden: Et vidensprojekt om drenges forståelse af vold samt barrierer og motivation for at søge hjælp*. I I. Wedendahl & O. G. Sparrebø (Red.).
- Buisman, R. S. M., Compier-de Block, L. H. C. G., Bakermans-Kranenburg, M. J., Pittner, K., van den Berg, L. J. M., Tollenaar, M. S., Elzinga, B. M., Voorthuis, A., Linting, M., & Alink, L. R. A. (2024). The role of emotion recognition in the intergenerational transmission of child maltreatment: A multi-generational family study. *Child Abuse & Neglect*, 149, Article 106665.
- Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2002). The impact of child maltreatment and psychopathology on neurobiological development. *Development and Psychopathology*, 14(3), 603–617.
- Edwards, A. (2005). Relational agency: Learning to be a resourceful practitioner. *International Journal of Educational Research*, 43(3), 168–182.
- Eriksen, H. (2016). *Prøv å forstå meg: En veileder til forebygging og behandling av volds- og aggresjonsproblemer hos ungdom*. Alternativ til Vold.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258.
- Hamby, S., & Gruch, J. (2013). *The web of violence: Exploring connections among different forms of interpersonal violence and abuse*.
- Hamby, S., Taylor, E., Jones, L., Mitchell, K. J., Turner, H. A., & Newlin, C. (2018). From poly-victimization to poly-strengths: Understanding the web of violence can transform research on youth violence and illuminate the path to prevention and resilience. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(5), 719–739.
- Holm Volsing, M. S., & Rasmussen, B. L. (2020). *Klienterne, volden og effekten af behandlingen*. Dialog mod Vold.
- Houmann, A. (2024). *Voldsudsatte drenge på kanten* (Fortroligt speciale). Roskilde Universitet.
- Isdal, P. (2000). *Meningen med volden*. Kommuneforlaget.
- Isdal, P. (2013). Enkel og effektiv aggresjonskontroll: 4 trinn. *Alternativ til Vold*.
- Jakobsen, R. S. W. (2023). Interseksjonalitet i socialrådgiverpraksis. *Socialt Arbejde og Velfærd*, 3(1), 12–21.
- Katz, E. (2022). *Coercive control in children's and mothers' lives*. Oxford University Press.
- Khawaja, I. (2023). Minoritetsstress: Begrebet, dets anvendelighed og potentiale. *Kvinder, Køn & Forskning*, 34(2), 91–107.
- MacCormack, J. K., & Lindquist, K. A. (2019). Feeling hangry? When hunger is conceptualized as emotion. *Emotion (Washington, D.C.)*, 19(2), 301–319.
- Mohaupt, H. (2024). *Vold og foreldreskap* (1. udg.). Fagbokforlaget.
- Wang, W., Zhu, Y., Yu, H. et al. (2024) The impact of sleep quality on emotion regulation difficulties in adolescents: a chained mediation model involving daytime dysfunction, social exclusion, and self-control. *BMC Public Health*

Bilag fra eksterne samarbejdspartnere

Projektets betydning for arbejdet med voldsudsatte unge

Af Hanne Ried, projektleder Ung Uden Vold

”Ung Uden Vold” (UUV) har gennem halvdelen af år haft et etableret og betydningsfuldt samarbejde med ”Voldsudsatte drenge på kanten”.

UUV ved Holstebro Krisecenter tilbyder voldsfaglig rådgivning og undervisning til unge mellem 13 og 17 år. Midt- og Vestjyllands Politi, Holstebro, Struer og Lemvig kommuner er partnere i projektet. Projektet er 3-årigt fra 2024-2026 og finansieret af Den A.P. Møllerske Støttefond.

”Voldsudsatte drenge på kanten” har haft stor betydning for arbejdet med de 77 voldsudsatte unge, som er eller har været i rådgivning hos UUV og i forhold til undervisningen. UUV har i perioden undervist 3500 overbygningselever samt de yngste på ungdomsuddannelserne i de tre partnerskabskommuner.

Jeg har fået redskaber til at håndtere min vrede.

Citat fra ung i Ung Uden Vold.

I Ung Uden Volds rådgivning kommer unge af flere køn, som er vokset op i vold, som er udsat for vold i deres første kæresteforhold eller begge dele. Vi ser også at mobning ofte er en del af deres problematik.

Når vi arbejder med voldsudsatte, er det også nødvendigt at have voldsfaglig viden om voldsudøverne og omvendt, hvis vi for alvor skal gøre noget ved voldsudsatheden og skabe forandring for den ramte. Det blev en vigtig læring og erfaring tidligt i UUV via samarbejdet med ”Voldsudsatte drenge på kanten”.

Vrede, aggression og udadreagerenhed er nogle af mange konsekvenser voldsudsathed kan give sig udtryk i – på lige fod med ex. selvskade, spiseforstyrrelse og isolation – og som vi møder hos mange af de voldsudsatte unge i UUV i varierende grad. I enkelte tilfælde har de også selv reageret på vold med vold.

De unge fortæller om, at de efterfølgende bliver kede af det over deres egen aggressive adfærd, at de er bange for at ”blive som deres far” og ”blive kæresten med en”, fordi de er bange for at slå, så hellere undgå det. I konfliktsituationer føler de sig magtesløse, bliver rasende og udover at råbe og blive verbal ubehagelige, får de bare lyst til slå, hvilket nogen så også har gjort. Et mønster de kender hjemmefra.

Og i undervisningen, der er bygget op som et dilemmaspil, kan der f.eks. forekomme kommentarer som, ”han skal bare smadres” om et dilemma, hvor elever skal diskutere, hvordan de ex. vil håndtere en situation, hvor en ven udsættes for grænseoverskridende seksuel adfærd.

Styrket voldsfaglighed

Projektleder i ”Voldsudsatte drenge på kanten”, Amalie Houmann har fungeret som fast rådgiver/konsulent i forhold til de voldsudsattes vrede og aggression i UUV og dermed løftet voldsfagligheden i UUV i både rådgivningen og i undervisningen.

Projektlederen har undervist de ansatte i UUV og givet sparring og supervision.

Derigennem har UUV-projektet fået tilført:

- Viden og et sprog om vreden og aggressionen og dens væsen og konsekvenser
- Viden om tilgangen til voldsudsatte unge i risiko for selv at blive udøvere
- Konkrete metoder til brug i rådgivningssituationer
- En voldsfaglighed på et specifikt område, som nu fungerer, som et yderligere professionelt redskab

Jeg er blevet bedre til at sige mine følelser. Til at kontrollere mine følelser og mine reaktioner, når jeg føler vrede.

Citat fra ung i Ung Uden Vold.

Perspektiv

I UUV har vi erfaret, – i tråd med denne rapporters fund – at nudging, lettilgængelig og tid er afgørende faktorer, når en ung voldudsat ønsker at skabe forandring. Opsporing er en stor udfordring. Vold er et kæmpe tabu, den unge ringer ikke lige selv, og mange voldsudsatte unge er

overbeviste om, at det voldelige reaktionsmønster, de er vokset op med, er helt normalt. Derfor er samarbejdet med de voksne, der er tæt på de unge af afgørende betydning for, om den unge får hjælp – uanset om den unge er voldsudøver er voldsudsat. Vores erfaring er også, at det kan være svært som enkeltstående tilbud, der ikke er en gængs kommunal foranstaltning, at "trænge igennem" til disse hjælpere. Det tager tid.

Det etablerede samarbejde med en indsats som "Voldsudsatte drenge på kanten" har i den sammenhæng haft stor betydning for tilbuddet – vi har kunnet tilbyde fuld voldsfaglig palette ved både at kunne tilbyde hjælp til den udsatte og til udøveren, dermed har vi fået endnu større lydhørhed.

Samtidig har vi også erfaret at armlængden til myndigheder har stor betydning for om en ung siger ja til tilbuddet. Mange har i forvejen mødt alt for mange "kommunedamer", som de kalder det.

Jeg har ikke fortalt halvdelen til den psykolog i kommunen, jeg har gået ved, som jeg har fortalt dig nu.

Citat fra Ung i Ung Uden Vold med trivsels- og aggressionsproblemer.

UUV og "Voldsudsatte drenge på kanten" er enestående som foregribende og voldsfaglige tilbud på landsplan – med skræddersyede tilbud til den enkelte voldsudsatte unge kombineret med undervisning om voldstyper og hjælp. UUV har mulighed for at tilbyde 20 samtaler, men der er i gennemsnit brugt omkring 10-12 samtaler af en times varighed.

Opsummering

Hvis vi skal hjælpe endnu flere unge, der er i vold, så er lettilgængelige, voldsfaglige tilbud i en armlængde fra det etablerede system af afgørende betydning. Erfaringen er også, at samarbejdet mellem de voldsfaglige specialer, styrker indsatsen i forhold til den voldsudsatte unge og i forhold til den foregribende indsats i undervisningssammenhæng.

Vold har voldsomme menneskelige og økonomiske omkostninger for samfundet, gennem

en helhedsorienteret voldsfaglige indsats, viser erfaringerne fra samarbejdet mellem de to projekter at synergien giver større værdi for den voldsudsatte, end når vi bare er selv.

Veje til ansvar – om at arbejde med udøvere af vold

Af Torkild Vindelev & Kristoffer Sejergaard (Dialog mod Vold)

Indledning

I arbejdet med mennesker, der har udøvet vold i nære relationer, er målet at få stoppet volden og støtte udøveren i at tage ansvar for de handlinger, der har forvoldt skade. Dette indebærer ikke kun at identificere konkrete episoder, men også at udvikle et mere nuanceret blik for voldens omfang og dens konsekvenser for den udsatte part (Jenkins, 2009).

I praksis møder vi ofte udøvere, der selv har betydelige erfaringer med udsathed. Dette gælder i særlig grad de yngre klienter, som har erfaringer med vold, omsorgssvigt og marginalisering. Derfor opstår en central balance: På den ene side skal klientens egen udsathed anerkendes; på den anden side er det vigtigt at fastholde, at vold er en handling, der kræver ansvarstagen (Jenkins, 2009; Coates & Wade, 2007). Jenkins beskriver at hvis vi beder mennesker, der har oplevet megen uretfærdighed om at tage ansvar uden først at anerkende deres udsathed, risikerer de at blive ramt af ansvars *overload*, hvilket kan forveksles med et manglende ønske om at tage ansvar (Jenkins, 2009). Vores erfaring er derimod at de fleste ønsker at tage ansvar hvis de bliver tilbudt et "værdigt ståsted" i samtalen og hvis de får hjælp til at håndtere reaktioner på skam.

Skam

Når vi taler konkret om voldsepisoderne og deres konsekvenser, opstår ofte en stærk skamfølelse som kan være overvældende og resultere i selvhad og selvretfærdighed:

- **Selvhad:** "Jeg er det værste menneske."
- **Selvretfærdighed:** "Han/hun pressede mig – hvad skulle jeg ellers gøre."

Begge disse responser kan finde sted i samme samtale og det er ikke usædvanligt at udøveren pendulerer mellem disse to reaktioner. Begge reaktioner er dog centreret om udøveren selv og hjælper ikke til at "række ud mod den andens verden" (Jenkins, 2009). Med andre ord er begge reaktioner mangel på mentalisering og leder ikke til større ansvarstagen (Bateman & Fonagy, 2016). I behandlingsarbejdet handler det ikke om at eliminere skam, men om at hjælpe klienten til at kunne være i kontakt med den, se den i øjnene uden at blive overvældet for at erkende omfanget af volden og dens konsekvenser.

Det værdige ståsted

Et centralt fokus er at etablere et værdigt ståsted for udøveren i samtalen. Det indebærer at:

- Møde udøveren ikke-dømmende, med invitation til at tage ansvar (Jenkins, 2009),
- Anerkende at det at sige ja til et forløb i Dialog mod Vold, i sig selv er et stort og vigtigt første skridt i projektet om at stoppe volden og tage ansvar – og at der forud for dette ofte har været en længere proces.
- Antage at udøveren ønsker meningsfulde relationer og rummer en personlig etik, som vi hjælper dem med at handle i overensstemmelse med (Jenkins, 2009)
- Tage udgangspunkt i og fremhæve udøverens – ofte oversete – forsøg på selvbeherskelse for at undgå vold og eskalering af konflikt. Denne responsbaserede tilgang understøtter udøverens ønske om forandring (Wade, 1997; Coates & Wade, 2007).

Kort sagt, når udøveren ikke skal forsvare sin menneskelighed og værdighed, bliver det muligt at tage ansvar.

Mentalisering

Vores erfaring er, at udøvere oftest ikke har blik for omfanget af volden og dens konsekvenser, når de starter i samtaleforløb. Vi hjælper dem derfor med at undersøge voldsepisoderne nærmere, på en *mentaliserende* måde hvor udøveren kan **se sig selv udefra** og **den udsatte indefra**: "Hvordan så du ud?", "Hvordan lød din

stemme?", "Hvor tæt stod du?", "Hvordan tror du, det var at være hende i det øjeblik?" (Bateman & Fonagy, 2016). Således bliver volden tydeligere og gennem blikket for den udsatte bliver omfanget og konsekvenserne yderligere klart. Ofte kan det være hensigtsmæssigt, at man som behandler deler generelle erfaringer fra voldsudsatte mhp. at skabe yderligere mentalisering og ansvarstagen.

Disse typer samtaler er nogle af de sværeste for udøveren at gennemgå og det er her skammen bliver stærkest. Derfor er det vigtigt at udøveren på dette tidspunkt er klar til at se skammen i øjnene, har et klart projekt om at tage ansvar og et værdigt sted at stå på (Jenkins, 2009; Heller & Kammer, 2022). Perspektivskiftet opstår ikke gennem konfrontation, men gennem en gradvis opbygning af erfaringer med at mentalisere – sig selv og den anden – i mødet med det skamfulde (Heller & LaPierre, 2012).

Et yderligere formål med dette mentaliseringsarbejde er at se den udsattes reaktioner efter en voldsepisode, som responser på vold – ikke som tilfældig eller provokerende adfærd (Coates & Wade, 2007). Den udsattes afstandstagen, tavshed eller undvigelse kan ses som forsøg på at skabe sikkerhed og mindske risiko for yderligere skade. Når udøveren ser disse responser som udtryk for frygt og selvbeskyttelse snarere end modvilje, åbner det for en mere omsorgsfuld forståelse og reel ansvarstagen (Wade, 1997; Bateman & Fonagy, 2016).

Særlige opmærksomhedspunkter ved unge udøvere

Hos unge er udsathed og udøveradfærd ofte tæt vævet sammen: mange har levet i relationer præget af uforudsigelighed, kontrol eller vold, og har udviklet strategier for at håndtere fare – for sig selv eller andre (Heller & Kammer, 2022). Erfaringer med "at beskytte sig", "ikke at finde sig i det" eller "endelig at sætte en grænse" kan derfor ses som meningsfulde responser og færdigheder udviklet på et tidligere tidspunkt i personens liv. Med det udgangspunkt bliver det lettere at se på strategierne som begrænsede og uhensigtsmæssige nu og her. Balancen mellem at anerkende udsathed og fastholde ansvar bliver her særlig tydelig: Man skal kunne aner-

kende erfaringer med uretfærdighed og tab af kontrol – uden at lade disse erfaringer relativere eller begrunde volden (Coates & Wade, 2007).

For mange unge er det ikke først og fremmest indsigt, men gennem gradvise erfaringer, der skaber forandring: Erfaringer med at være i en nær relation, håndtere konflikter og svære følelser, herunder egen udsathed, på en ansvarlig og afbalanceret måde (Heller & Kammer, 2022).

Afrunding

At arbejde med voldsudøvere indebærer, at man arbejder med vedkommendes egen udsathed på en måde, der fører til voldens ophør og mere ansvarstagen. Det er ikke ensbetydende med at man tilbyder udøveren en position som offer, men derimod at man understøtter udøveren i gradvist at kunne håndtere smerten ved den uretfærdighed de selv er blevet udsat for, uden at den bruges til at fraskrive ansvar for den skade, der er forvoldt et andet menneske (Jenkins, 2009; Coates & Wade, 2007).

Det kræver et behandlingsrum, hvor skam kan håndteres, hvor mentalisering kan finde sted og hvor omfanget af volden og dens konsekvenser kan udfoldes, uden at værdigheden går tabt (Bateman & Fonagy, 2016; Heller & LaPierre, 2012).

Litteratur

- Jenkins, A. (2009). *Becoming ethical*. Russell House Publishing Ltd.
- Wade, A. (1997). *Small acts of living: Everyday resistance to violence*.
- Coates, L., & Wade, A. (2007). *Language and violence: Analysis of four discursive operations*.
- Heller, L., & LaPierre, A. (2012). *Healing Developmental Trauma: How Early Trauma Affects Self-Regulation, Self-Image, and the Capacity for Relationship*. North Atlantic Books.
- Heller, L., & Kammer, B. (2022). *The Practical Guide for Healing Developmental Trauma: Using NARM to Address Adverse Childhood Experiences and Resolve Complex Trauma*.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-Based Treatment for Personality Disorders*.



**BRYD
TAVSHEDEN**

Bryd Tavsheden
Tornebuskegade 7, stuen
1131 København K

www.brydtavsheden.dk