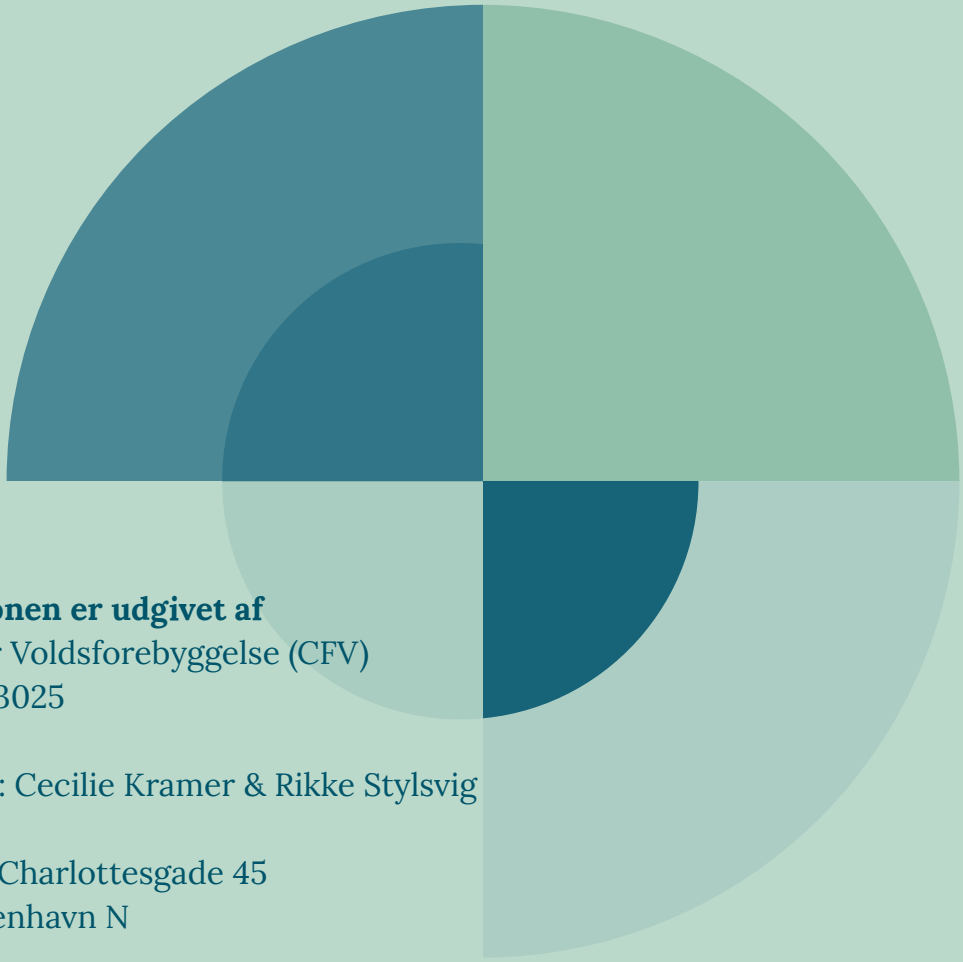
EVALUERING 2025

Af Center For Voldsforebyggelse (2026)



Publikationen er udgivet af
Center for Voldsforebyggelse (CFV)
CVR: 41393025

Forfattere: Cecilie Kramer & Rikke Stylsvig

Prinsesse Charlottesgade 45
2200 København N

Valdemarsgade 34
9000 Aalborg

Telefon: 60 87 88 41
E-mail: kontakt@talomvold.dk

www.centerforvoldsforebyggelse.com
www.femicidewatch.dk

© Forlaget Center for Voldsforebyggelse
ISBN (digital): 97887-976830-0-2

Udgivet: Januar, 2026

Der kan citeres frit fra publikationen med tydelig kildeangivelse.

Kramer, C., & Stylsvig, R. (2026). Tal om Vold, Evaluering 2025. Center for Voldsforebyggelse. https://www.centerforvoldsforebyggelse.com

Center for
Voldsforebyggelse

Resumé

Tal om Vold blev oprettet i 2019 og er et lavtærskeltilbud udbudt af Center for Voldsforebyggelse (CFV), der gør det muligt for mennesker med erfaringer med vold i nære relationer at opsøge støtte uden krav om forudgående systemkontakt. Igen i år viser evalueringen, at vold ofte forbliver skjult over længere tid, og at barrierer som skam og usikkerhed kan forsinke kontakt til både formelle og uformelle hjælpesystemer. At mange deltagere først fortæller om volden flere år efter deres første voldserfaringer, understreger betydningen af sådanne lavtærskeltilgange. I dette lys kan Tal om Vold forstås som et mellemliggende rum, hvor deltagerne kan dele erfaringer og orientere sig mod støtte, uden at dette nødvendigvis indebærer krav om handling eller systeminddragelse.

70% af deltagerne finder Tal om Vold via sociale medier, eget netværk eller Center for Voldsforebyggelses hjemmeside. Dette indikerer, at tilbuddet i høj grad nås gennem kanaler, hvor deltagerne selv kan tage initiativ og bevare kontrol over tidspunkt og grad af involvering. Lavtærskelkarakteren kommer også til udtryk i deltagernes sammensatte livssituationer. En betydelig andel (65%) befinder sig midlertidigt uden for arbejdsmarkedet, og har erfaringer med flere former for vold. Dette peger på en målgruppe, hvor belastningsniveauet er højt, og hvor fleksibilitet er en central forudsætning for at kunne indgå i et støttetilbud. At der samtidig ses et stigende behov for 1:1-samtaler og workshops, indikerer, at lavtærskeltilgangen ikke alene handler om adgang, men også om mulighed for differentieret støtte inden for samme indsats.

Endvidere viser evalueringen, at mange deltagere tidligere er vendt tilbage til voldelige relationer. Dette understreger, at deltagelse i Tal om Vold ikke kan forstås som et afsluttende led i en lineær forandringsproces, men som en støtte, der kan anvendes gentagne gange og på forskellige tidspunkter i deltagernes liv. Som lavtærskeltilbud giver Tal om Vold mulighed for at vende tilbage til støtte uden krav om formel progression, hvilket er centralt i arbejdet med heling efter vold.

Samlet set positionerer denne evaluering Tal om Vold som et tilbud, der udfylder et væsentligt tomrum mellem uformel støtte af pårørende (fx familie og venner) og mere formaliserede indsatser. Gennem fleksible adgangsveje, mulighed for anonymitet, gruppebaseret fællesskab og individuel støtte bidrager Tal om Vold til at reducere isolation og skabe rammer for, at voldserfaringer kan italesættes. Dermed fungerer indsatsen ikke alene som støtte, men også som et afgørende skridt for mennesker, der ellers risikerer at stå alene med voldens konsekvenser og efterspil.

INDHOLDSFORTEGNELSE

1 RESUMÉ .....

2 METODE 01

2.1 Begrebsafklaring

2.2 Systemet som voldens forlængelse

3 OVERBLIK 2025 04

4 OPSUMMERING AF UDVIKLING SIDEN 2024 05

5 DELTAGERDEMOGRAFI 06

5.1 Alder

5.2 Forældreskab

5.3 Køn

5.4 Region

5.5 Beskæftigelse

5.6 Civilstatus

6 UNG-TIL-UNG 08

7 REKRUTTERINGSVEJE 09

8 STØTTEBEHOV EFTER GRUPPEFORLØB 09

9 ERFARINGER MED VOLD 10

9.1 Erfarede voldsformer

9.2 Hvornår volden blev delt

9.3 Tilbagevenden til voldelige relationer

10 HELING EFTER VOLD 12

11 UDVALGTE CITATER FRA DELTAGERE 13

12 KONKLUSION 14

12.1 Implikationer for praksis og beslutningstagere

Metode

Denne evaluering bygger på kvantitative data indsamlet via et spørgeskema, som deltagerne har udfyldt efter afslutning af deres gruppeforløb. Spørgeskemaet har haft til formål at indsamle systematisk viden om deltagernes demografiske baggrund, voldserfaringer, veje ind i tilbuddet samt deres vurdering af gruppeforløbets relevans og betydning.

Spørgeskemaet er udfyldt frivilligt og anonymt for at sikre deltagernes tryghed og mulighed for at svare kritisk og ærligt. Ikke alle deltagere har besvaret samtlige spørgsmål, hvilket kan give skævheder og forklarer forekomsten af kategorien *ukendt* i enkelte opgørelser, herunder alder og bopæl. Dette er et vilkår i arbejdet med voldsudsatte målgrupper, hvor anonymitet og frivillighed prioriteres højt. Derudover suppleres spørgeskemadata med administrative registreringer fra Tal om Vold vedrørende kontakt, visitation, deltagelse, frafald og aktivitetsniveau.

Evalueringen har primært et deskriptivt og dokumenterende sigte og er udarbejdet med henblik på at give et samlet overblik over indsatsens omfang, målgrupper og centrale tendenser samt at skabe et sammenligningsgrundlag med tidligere år. Resultaterne skal ses i lyset af, at data er selvrapporterede og ikke kan anvendes til at fastslå kausale sammenhænge, men bidrager med vigtig viden om deltagernes erfaringer og behov.

Evalueringen yder et væsentligt vidensbidrag ved at synliggøre kompleksiteten i deltagernes voldserfaringer, målgruppens sammensætning og udvikling over tid samt et vedvarende behov for både gruppebaseret og individuel støtte. Evalueringen danner dermed et relevant og nødvendigt grundlag for både faglig refleksion samt interne og eksterne strategiske prioriteringer.

Begrebsafklaring

Følgende er en oversigt og afklaring af de begreber der anvendes i Tal om Vold. Flere af begreberne nævnes løbende igennem evalueringen.

- **Systemvold** defineres hos CFV som de former for vold og belastning, der opstår gennem offentlige systemer, institutioner eller professionelle praksisser, når disse udøver magt på måder, der svigter, kontrollerer, fastholder eller forværrer en persons udsathed. Systemvold kan komme til udtryk gennem manglende voldsfaglig viden, utilstrækkelig beskyttelse og specialiseret støtte, krav om dokumentation, mistro, langsom eller fragmenteret sagsbehandling, manglende koordinering mellem myndigheder samt beslutninger og procedurer, der ikke tager højde for voldsudsattes sikkerhed. Med et magtanalytisk blik forstås systemvold som handlinger og strukturer, der kan være både implicitte og eksplicitte, og som kan være intentionelle i deres opretholdelse af bestemte normer og prioriteringer. Systemvold kan medføre yderligere psykisk belastning, magtesløshed og tab af tillid til samfundets hjælpesystem. Hos CFV forstås systemvold som en strukturel og politisk problematik, der rækker ud over enkeltpersoners handlinger og peger på behovet for grundlæggende organisatoriske, faglige og samfundsmæssige forandringer.

Systemet som voldens forlængelse

Evalueringen af Tal om Vold (2025) peger på, at deltagernes udfordringer udover at relatere sig til vold i nære relationer, også relaterer sig til mødet med et komplekst og ofte fragmenteret hjælpesystem. Nyere dansk voldsforskning indikerer, at velfærdsinstitutioner i visse tilfælde kan bidrage til en forværring af voldsudsattes situation, når bureaukratiske processer, lange ventetider og et øget individualiseret ansvar skaber yderligere belastninger (Sølvhøj et al., 2025; Hanif, 2025; Rasmussen, 2025). Denne udvikling kan ses i sammenhæng med et mere systematisk politisk skifte, hvor fokus er flyttet fra en kønsspecifik til en kønsneutral problemforståelse (Sørensen & Bertelsen, 2023) og at had og diskrimination mod kvinder influerer politiske prioriteringer, hjælpesystemernes indretning og kvinders adgang til relevant støtte (Bjerregaard, 2026).

I Tal om Vold møder vi denne kompleksitet i praksis. Over en tredjedel af deltagerne angiver erfaringer med systemsvigt, og flere beskriver, hvordan de, efter at have forladt en voldelig relation, fortsat oplever kontrol, mistillid og magtesløshed i mødet med myndigheder. Empirien viser samtidig, at mange deltagere har været udsat for vold i årevis, før de fortæller om den, og at over halvdelen tidligere er vendt tilbage til voldelige relationer. Dette understreger, at vejen væk fra vold sjældent er lineær, men præget af gentagne forsøg, afbrydelser og forhandlinger, både i private relationer og i institutionelle sammenhænge.

Her fungerer Tal om Vold som et mellemliggende rum, hvor deltagerne kan genvinde handlekraft uden krav om øjeblikkelig handling, dokumentation eller systemkontakt. Netop fraværet af bureaukratiske betingelser synes centralt for, at deltagerne oplever sig mødt og mindre alene. Samtidig viser den stigende efterspørgsel på 1:1-samtaler, at mange har behov for støtte til at navigere i systemet - ikke kun som juridisk eller social instans, men som en del af den voldserfaring, de forsøger at komme fri af.

Set i lyset af den nyere forskning bliver det her tydeligt, at velfærdsinstitutioner både kan være afgørende beskyttelsesmekanismer og potentielle barrierer. Når normer om selvansvar og korrekt adfærd får forrang, risikerer hjælpesystemet utilsigtet at placere forklarings- og handlebyrden hos den voldsudsatte. Evalueringen peger derfor på et behov for indsatser, der ikke alene støtter individet, men også forholder sig kritisk til de strukturer og styringslogikker, som former adgangen til hjælp.

OVERBLIK 2025

I følgende præsenteres centrale nøgletal for Tal om Vold 2025. Formålet er at skabe et overblik over indsatsens omfang og målgrupper. Denne indsigt er vigtig, idet den dokumenterer behovet for indsatsen. Nøgletallene udgør desuden et centralt sammenligningsgrundlag med tidligere år, hvilket gør det muligt at analysere udvikling og tendenser over tid. På den baggrund kan vi systematisk vurdere og identificere eventuelle målgruppe- eller aktivitetsforskydninger i indsatsen og anvende denne viden i samarbejde med andre voldsfaglige aktører.

Kontakt og visitation:
Antal deltagere, der har henvendt sig til Tal om Vold: 167
Antal deltagere, der ikke svarer efter tilmelding: 9%
Udenfor målgruppen: 5

Antal grupper:
I 2025 blev der afholdt 23 gruppeforløb i alt:
København: 4
Aalborg: 6
Odense: 1
Online: 7
Kreative workshops: 5

Målgruppefordeling:
Grupper for voldsudsatte: 18
Grupper for voldsudsatte mødre: 3
Grupper for pårørende: 1
Grupper for interne i CFV: 1

Deltagelse i forløb:
Opstartet i forløb: 132
Gennemsnitligt antal deltagere pr. gruppe: 5

1:1-samtaler:
Antal samtaler: 68

Opsummering af udvikling siden 2024

Sammenlignet med 2024 viser 2025 flere ændringer i indsatsen Tal om Vold. Antallet af gruppeforløb er stort set uændret, men fordelingen har ændret sig: Der er afholdt flere gruppeforløb i Aalborg, færre i København, og antallet af kreative workshops er steget markant fra 1 i 2024 til 5 i 2025 (Tal om Vold 2024:6).

I forhold til målgruppefordelingen viser 2025 en tydelig udvikling. Hvor indsatsen i 2024 primært var rettet mod voldsudsatte med kun én gruppe for pårørende, er målgruppen i 2025 mere differentieret og omfatter 18 grupper for voldsudsatte, 3 grupper for voldsudsatte mødre, 1 gruppe for pårørende og 1 intern gruppe. Dette kan afspejle en kollektiv bevægelse fra at betragte voldsudsatte som én homogen gruppe til en mere segmenteret og kompleks gruppe, hvor tilbuddene tilpasses målgruppernes specifikke behov og forskellige former for voldserfaringer (Tal om Vold 2024:6).

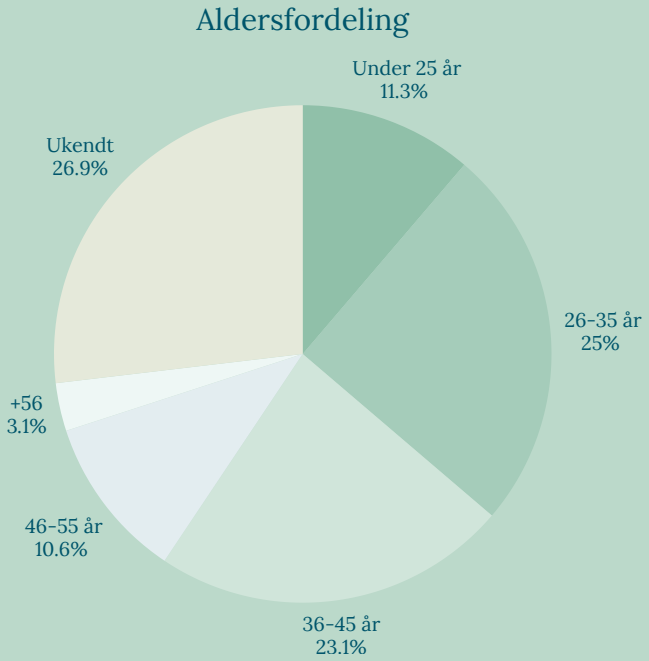
Antallet af opstartede deltagere i gruppeforløb er steget fra 126 i 2024 til 132 i 2025, mens gennemsnittet pr. gruppe fortsat er 5 deltagere. Samtidig ses en markant stigning i antallet af 1:1-samtaler fra 23 til 68, hvilket kan indikere et voksende behov for individuel støtte. Omvendt er henvisninger til andre tilbud faldet fra 18 til 5 (Tal om Vold 2024:6). Dette afspejler især en udvikling i mulighederne for støtte, idet 1:1-samtaler i højere grad er blevet anvendt ikke blot som supplement til gruppedeltagere, men som enestående tilbud til voldsudsatte, der ikke på nuværende tidspunkt kan se sig selv i et gruppetilbud.

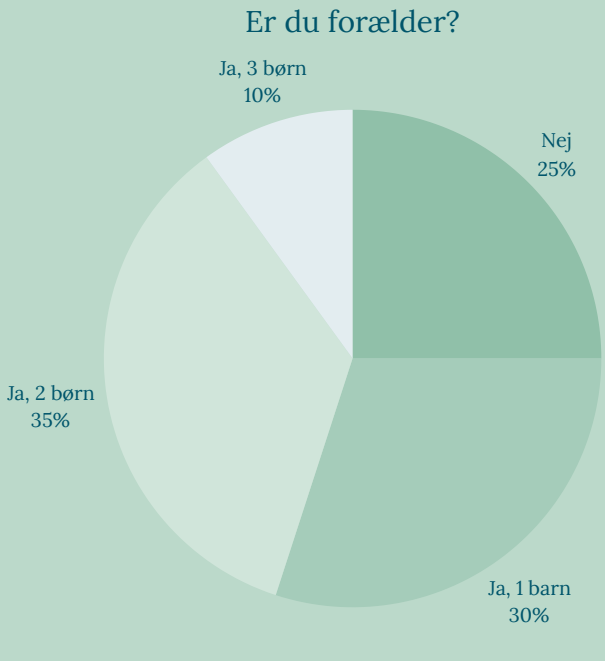
I 2025 har Tal om Vold været økonomisk støttet af Social- og Boligstyrelsen og Velliv Foreningen.

Deltagerdemografi

I følgende afsnit præsenteres et statistisk overblik over de demografiske informationer for Tal om Vold deltagere i 2025, herunder alder, bopæl, beskæftigelse, civil-status og køn.

Nedenfor ses diagrammet over aldersfordelingen, som viser, at deltagerne primært består af unge og midaldrende voksne med størst repræsentation i aldersgruppen 26-35 år (25%), 36-45 år (23,1%) og under 25 år (11,3%). Deltagerne mellem 46-55 år udgør 10,6%, mens deltagere på 56 år og derover udgør 3,1%. Desuden er der en betydelig andel med ukendt alder, som udgør 26,9%. Den gennemsnitlige deltager er således 36 år gammel og har 1,5 antal børn.



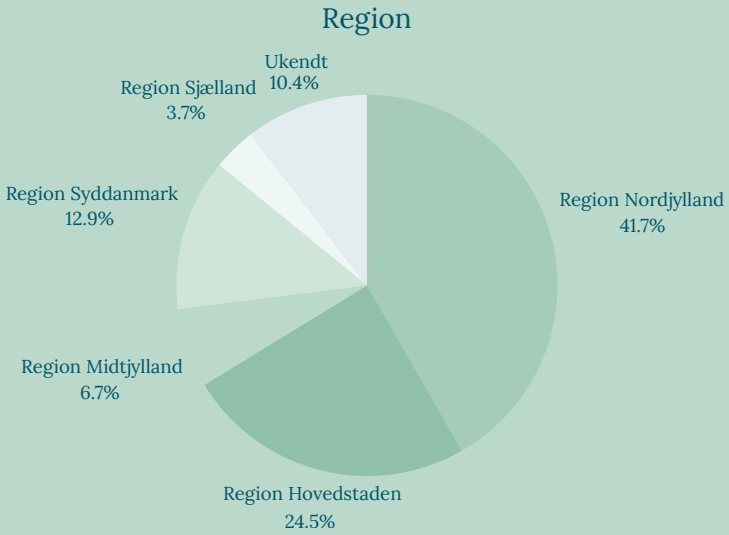


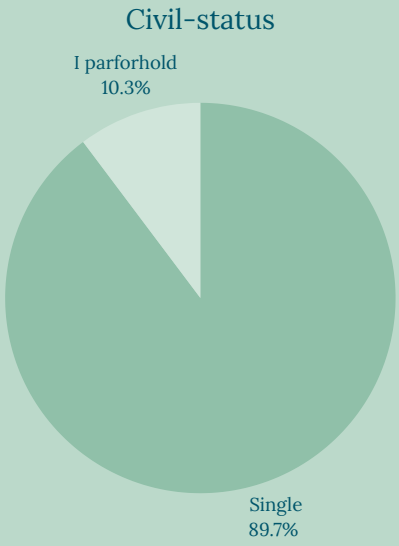
Ovenfor ses diagrammet over forældreskab blandt deltagerne, som viser, at størstedelen er forældre. Den største gruppe består af deltagere med to børn (35%), efterfulgt af deltagere med ét barn (30%). 25% af deltagerne har ingen børn, mens 10% har tre børn. Der er ingen deltagere med fire børn eller fem eller flere børn. Samlet set viser diagrammet, at flertallet af deltagerne har ét eller to børn.

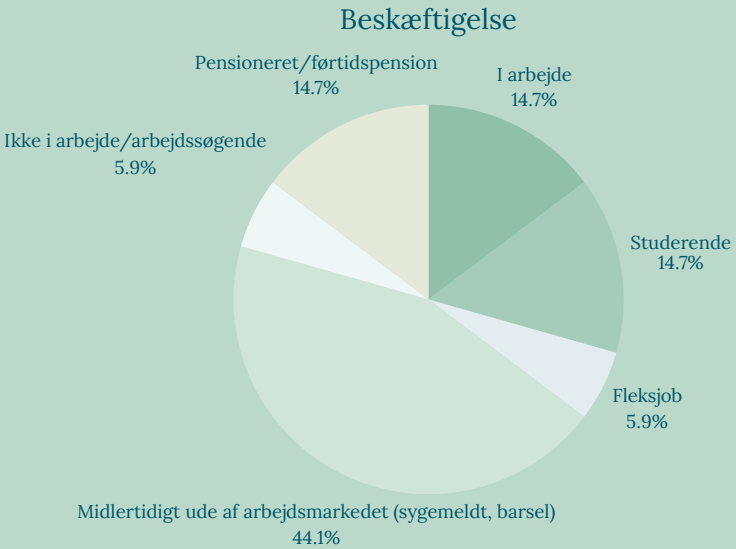
I 2025 omfatter deltagergruppen også personer under 25 år, mens aldersfordelingen i 2024 var begrænset til 25–59 år. Gennemsnitsalderen er samtidig faldet fra 38 til 36 år, hvilket indikerer en udvidelse af målgruppen (Tal om Vold 2024:6). Derudover spænder deltagerne i 2025 fra personer uden børn til forældre med op til tre børn, primært med ét eller to børn. Det gennemsnitlige antal børn er 1,3, hvilket er lavere end i 2024, hvor deltagerne i gennemsnit havde 2 børn, og peger samlet set på en bredere deltagerprofil end tidligere.

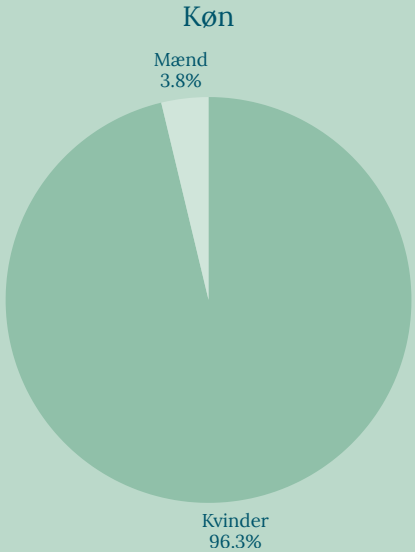
Geografisk er størstedelen af deltagerne bosat i Region Nordjylland (41,7%), efterfulgt af Region Hovedstaden (24,5%). Region Syddanmark og Region Midtjylland repræsenterer henholdsvis 12,9% og 6,7%, mens Region Sjælland udgør 3,7%. 10,4 % af deltagerne har ikke ønsket at oplyse deres bopæl, hvilket understreger målgruppens iboende kompleksitet. Sammenlignet med 2024 ses en stigning i andelen af deltagere fra Region Nordjylland og et fald i andelen fra Region Hovedstaden, hvor andelene i 2024 var henholdsvis 35,3% og 44,1% (Tal om Vold 2024:6). Hvad angår civil-status angiver størstedelen af deltagerne, at de er single (89,7%), mens 10,3% er i et parforhold.

Beskæftigelsesmæssigt befinder den største andel af deltagerne sig midlertidigt uden for arbejdsmarkedet (44,1%), primært som følge af sygemelding eller barsel. Derudover er deltagerne relativt ligeligt fordelt mellem personer i arbejde, studerende samt pensionerede/førtidspensionerede (hver 14,7%). Mindre andele er i fleksjob (5,8%) eller står uden for arbejdsmarkedet og er arbejdssøgende (5,9%). Kønsmæssigt består deltagergruppen overvejende af kvinder (96,3%), mens mænd udgør 3,8%. Dette tal er også steget siden sidste år, da der i 2024 kun var få mandlige deltagere.









Sammenlagt viser tallene, at Tal om Vold 2025 i overvejende grad når kvinder, der midlertidigt står uden for arbejdsmarkedet som følge af sygemelding eller barsel. Det peger på, at voldserfaringer ofte har konsekvenser, der rækker ud over den voldelige relation og påvirker deltagernes samlede og fremtidige livssituation.

Geografisk viser evalueringen, at en betydelig andel af deltagerne er bosat i Region Nordjylland, mens Region Hovedstaden fortsat udgør en stor, men faldende andel sammenlignet med tidligere år. Dette kan ses i sammenhæng med en styrkelse af lokale tilbud uden for hovedstadsområdet samt udbredelsen af online gruppeforløb, som bidrager til at mindske geografiske barrierer for deltagelse. Samtidig peger den fortsatte brug af anonymitet på, at mulighed for diskretion er afgørende for målgruppens adgang til indsatsen.

UNG-TIL-UNG

I år 2025 blev projektet *Ung-til-Ung* igangsat, med henblik på at nå ud til en bredere målgruppe, der også inkluderer de yngre samfundsborgere. Dette med skærpet fokus på tilbuddets hensigt om ikke bare at støtte borgere i at hele efter vold, men også at forebygge, at volden går i arv. Et væsentligt skridt har derfor været, at sætte ind dér, hvor forebyggelsespotentialet er størst; hos de unge. Dette ses blandt årets deltagere i, at gennemsnitsalderen for at deltage i Tal om Vold er faldet fra 38 år til 36 år, og at der i år er blevet aktiveret en helt ny aldersgruppe, nemlig unge under 25.

Som et led i projektet har CFV bl.a. etableret samarbejder med fem influencere, fordelt over hele landet. Disse fungerer som ambassadører for organisationens tilbud, herunder Tal om Vold. Dette gør de blandt andet ved at tale højt om vold på deres platforme på Sociale Medier, heriblandt udbrede CFV's viden om vold. Det har resulteret i en udvidet, yngre målgruppe og intersse for voldsforebyggelse.

Hos CFV Nord (lokalafdeling i Aalborg) har Tal om Vold desuden påbegyndt et samarbejde med Sund Ung, kommunens sundhedsindsats for 15-25-årige på ungdomsuddannelserne. Her er en repræsentant fra Tal om Vold med sundhedsplejerskerne ude på uddannelsesinstitutionerne og træne de unge i, hvad vold er, hvordan man spotter og forebygger den, samt hvor man kan henvende sig. I 2025 har CFV bl.a. besøgt STX, HF&VUC, HHX og SOSU i Aalborg Kommune.

Rekrutteringsveje

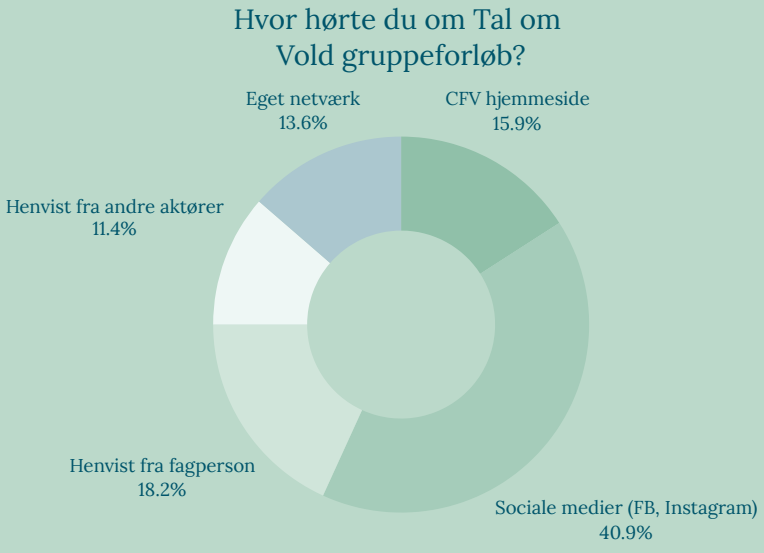
Figuren '*Hvor hørte du om Tal om Vold gruppeforløb*?' viser, at sociale medier udgør den primære indgang til Tal om Vold for deltagerne, efterfulgt af henvisninger fra fagpersoner og CFV's egen hjemmeside. Dette peger på, at indsatsen i høj grad når målgruppen gennem lavtærskel og lettilgængelige kanaler, hvor deltagerne selv aktivt kan opsøge hjælp. Samtidig indikerer andelen af henvisninger fra fagpersoner og andre aktører, at Tal om Vold indgår i et bredere økosystem af voldsfaglige tilbud.

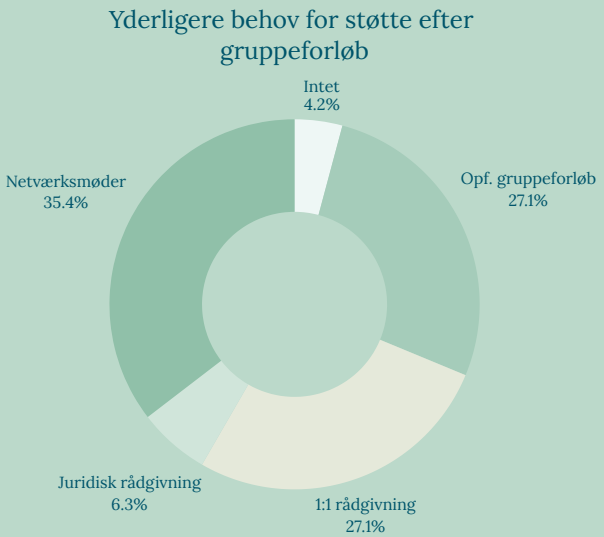
At en relativt stor del finder tilbuddet via sociale medier kan tolkes som et udtryk for, at målgruppen i høj grad orienterer sig digitalt, men også for, at voldserfaringer ofte håndteres privat og uden formel kontakt til systemet i de tidlige faser. Dette understreger betydningen af synlighed i uformelle rum og peger på, at samarbejdet med fagpersoner fortsat kan styrkes for at sikre tidligere og mere systematisk henvisning.

Støttebehov efter gruppeforløb

Figuren '*Yderligere støtte efter afsluttet gruppeforløb*' viser, at Tal om Vold for mange fungerer som et vigtigt, men ikke tilstrækkeligt, element i et længere støtteforløb. Den høje efterspørgsel på netværksmøder, opfølgende gruppeforløb og 1:1-rådgivning indikerer, at behovet for støtte ofte fortsætter efter afslutningen af det strukturerede forløb. Det taler ind i, at erfaringer med vold umiddelbart ikke er noget, man 'bare' kan ryste af sig, men at helingen kræver tid og at støttetilbud bør kunne tilpasses den enkeltes individuelle tempo.

Den lave andel, der angiver ikke at have behov for yderligere støtte, peger netop på, at deltagerne i vid udstrækning befinder sig i komplekse livssituationer, hvor voldens konsekvenser ikke kan bearbejdes fuldt ud inden for ét enkelt forløb. Dette understøtter forståelsen af Tal om Vold som en del af et sammenhængende støttefelt snarere end en afsluttende indsats i sig selv.





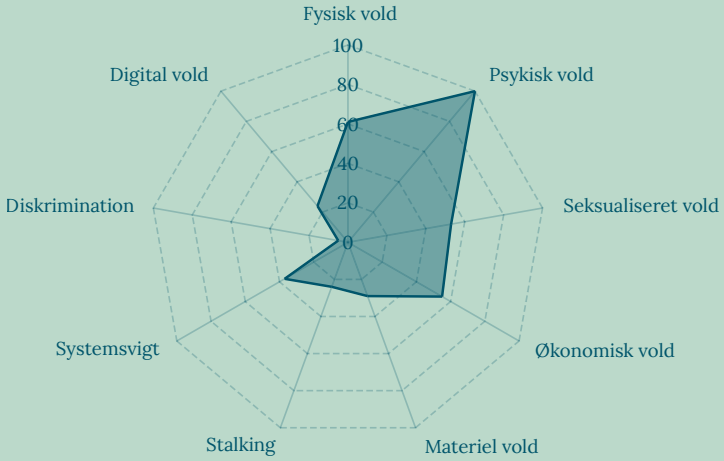
Erfaringer med vold

Figuren over '*Erfarede voldsformer*' viser, at deltagerne har haft oplevelser med flere former for vold. Samtlige deltagere (100%) angiver at have oplevet psykisk vold. Derudover angiver 60,5% at have oplevet fysisk vold, 55,3% økonomisk vold, 52,6% seksualiseret vold, 36,8% systemsvigt, 28,9% materiel vold, 23,7% stalking og digital vold samt 5,3% diskrimination. Det skal bemærkes, at deltagerne kan have erfaringer med flere voldsformer på samme tid.

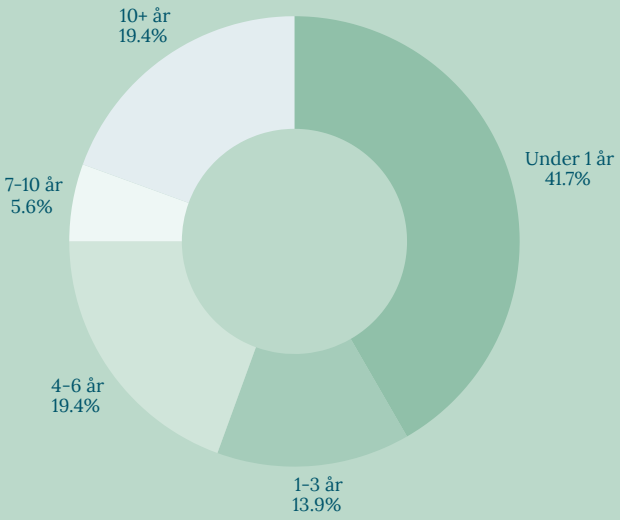
Figuren '*Hvornår fortalte du det til nogen*' viser hvor lang tid der gik fra deltagernes første erfaringer med vold, til de fortalte nogen om det. Figuren viser, at 41,7% fortalte det til nogen inden for det første år, 13,9% efter 1-3 år, 19,4% efter 4-6 år, 5,6% efter 7-10 år og 19,4% efter mere end 10 år. I gennemsnit er der gået 4 år fra den første erfaring med vold til, at deltagerne taler højt om det. Sammenlignet med 2024 er dette tal faldet fra 5 år til 4 år, hvilket kan indikere, at tilbuddet når tidligere ud til målgruppen (Tal om Vold 2024:11).

Figuren '*Deltagere der er vendt tilbage til en voldelig relation*' viser, at størstedelen af deltagerne er vendt tilbage til en voldelig relation én eller flere gange. Hele 57,9% angiver, at de tidligere er vendt tilbage til relationen gentagne gange, mens 31,6% svarer, at de ikke er vendt tilbage. Derudover angiver 10,5%, at de har været i tvivl, men aldrig er vendt tilbage.

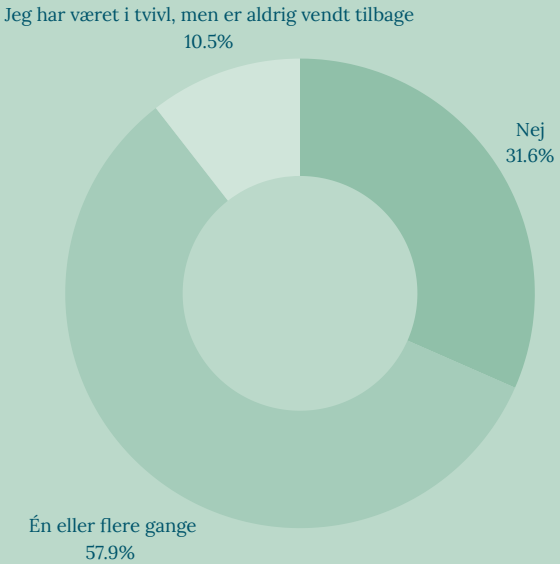
Erfarede voldsformer



Hvornår fortalte du det til nogen?



Deltagere der er vendt tilbage til en voldelig relation



Samlet set peger dataen på, at deltagernes voldserfaringer er komplekse og ofte strækker sig over længere tid. At samtlige deltagere angiver at have oplevet psykisk vold, samtidig med at en stor andel også har erfaringer med fysiske, økonomiske og seksualiserede voldsformer, understøtter, at vold sjældent forekommer som en enkeltstående eller isoleret hændelse. I stedet fremstår vold som et samspil mellem flere overlappende og gensidigt forstærkende former, der præger deltagernes livssituation over tid.

Denne kompleksitet afspejles også i, hvornår voldserfaringerne deles med andre. Selvom en relativt stor andel af deltagerne angiver at have fortalt om volden inden for det første år, viser et gennemsnit på fire år, at vold i mange tilfælde forbliver skjult i længere perioder. Sammenlignet med 2024, hvor gennemsnittet var fem år, kan dette indikere en begyndende tendens til tidligere åbenhed, men peger samtidig på, at der fortsat eksisterer betydelige barrierer for at italesætte vold.

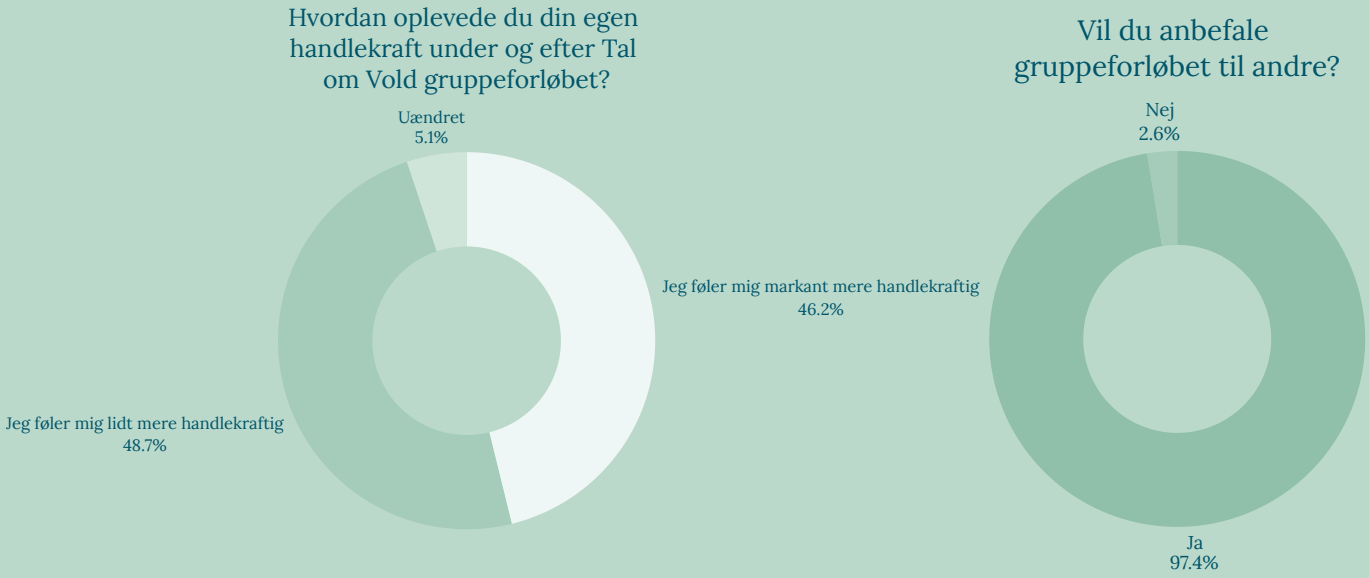
Endelig viser deltagernes bevægelsesmønstre i relation til voldelige forhold, at brud med vold sjældent følger lineære forløb. Over halvdelen af deltagerne angiver at være vendt tilbage til en voldelig relation én eller flere gange, hvilket understreger, at processen ofte er præget af gentagne forsøg på brud.

FAKTA:

- **94,9% føler sig mere handlekraftige efter et Tal om Vold gruppeforløb**
- **84,6% af deltagerne oplevede, at forløbet påvirkede deres helingsproces**
- **92,5% følte sig mødt og forstået i forløbet og oplevede det meningsfuldt at lytte til de andres fortællinger**
- **97,4% vil anbefale forløbet til andre**

Heling efter vold

Følgende afsnit redegør for, hvilken effekt det har haft for deltagerne, at deltage i et Tal om Vold gruppeforløb. Effekt-målinger kan være en vanskelig disciplin indenfor voldsområdet, da voldsudsatte består af en kompleks og sammensat målgruppe af mennesker, som har forskellige erfaringer med vold og heler i forskelligt tempo. Derudover, kan det være forskelligt, hvilke ønsker og behov, deltagerne har haft for at deltage i forløbet, hvorfor der i evalueringen også er blevet spurgt ind til, hvad heling er, for de enkelte deltagere.



Ovenstående diagrammer illustrerer deltagernes tilfredshed med forløbet. 97,4% af deltagerne vil anbefale andre, at deltage i et Tal om Vold gruppeforløb. Dertil føler 94,9% af deltagerne sig mere handlekraftige under og efter forløbet. 84,6% af deltagerne oplevede desuden, at forløbet påvirkede deres helingsproces, og 92,5% følte sig mødt og forstået igennem forløbet, samt oplevede det meningsfuldt at lytte til de andres fortællinger. Den høje anbefalingsgrad peger på, at deltagerne i overvejende grad oplever gruppeforløbene som relevante og meningsfulde. Dette bør dog ikke forstås som udtryk for, at voldens konsekvenser er ophørt eller bearbejdet fuldt ud - flere deltagere beskriver fortsat eftervirkninger, herunder systemsvigt, som det fremgår af citaterne på efterfølgende side. Anbefalingen synes således at knytte sig til oplevelsen af at blive set, hørt og forstået i et fagligt kvalificeret fællesskab, hvor vold kan italesættes uden krav om hurtige forandringer eller lineære udviklingsforløb. Sammenligner man de ovenstående tal med Tal om Vold 2024 ses det, at forløbet i lignende grad som sidste år formår at skabe en positiv forandring hos deltagerne, og at deltagerne er overordnet tilfredse med forløbet, samt føler sig trygge i, at beskrive yderligere behov for støtte efter endt forløb.

Hvordan har dine erfaringer med volden påvirket dig og dit liv?

*"Det har sat sig fysisk i mig og **i stor grad i mit nervesystem**. Det har mindsket troen på mig selv og virkeligheden. Og skabt stor mistillid til meget omkring mig ligesom det har skabt en frygt og en tilstand af **konstant alarmberedskab og overvågenhed.**"*

*"Det har været helt fra mine **tidlige barndomsår og** har formet den jeg er i dag. Jeg har rigtig svært ved konflikt, grænser og at **sætte mig selv først.**"*

*"Jeg kan ikke mærke mig selv og mine egne følelser. Jeg er **deevaluerende** overfor mig selv. Jeg har behov for virkelighedskorrektion."*

*"Jeg lever stadig i et voldelig forhold nu er det blot en anden type vold, **meget systemvold."***

*"Jeg mistede **fornemmelsen af mig selv** så jeg ikke kunne mærke hvad jeg ville, kunne lide, interesserede mig for. Jeg følte jeg blev et **spøgelse af mig selv.** Jeg havde meget svært ved at indgå i **nye relationer** efterfølgende og følte mig meget forkert."*

Hvad var det mest værdifulde ved at deltage i Tal om Vold?

*"Det mest værdifulde var at **møde andre**, som har oplevet det samme - og den samhørighed der opstod. Det gjorde, at jeg følte mig **knap så alene og ensom** faktisk. Desuden har jeg fået rigtig meget brugbar **viden,** som jeg kan tage med mig videre."*

*"**Den høje faglighed**!!! Der er ikke mange "synsninger". Og netværket får én til at føle sig set med det samme. Beretninger består ikke mest af forklaringer, som man **oplever med sit netværk,** når de i bedste mening er der."*

*"At danne relationer med **andre mødre** og at snakke om tabubelagte emner forankret i **erfaring og viden**."*

*"At føle sig set og hørt og forstået. **Bevidningerne som har gjort at jeg har kunne spejle mig i andre**. At lære andre at kende. At træde ind i et rum, hvor jeg ikke skulle forklare mig. Et ugentligt '**pusterum**' hvor alle følelser og tanker har været okay."*

*"Det har været helende at få **teori og begreber om vold** - det har fjernet noget skam og hjulpet mig til at forstå hvad jeg er **blevet udsat for.** Det har været meget helende at høre andres historier og kunne spejle sig i dem og vise omsorg for dem. Det har været meget helende **at blive bevidnet.**"*

Konklusion

Evalueringen bekræfter den indledende forståelse af Tal om Vold som et lavtærskeltilbud, der gør det muligt for mennesker med erfaringer med vold i nære relationer at opsøge støtte uden krav om systemkontakt eller lineær progression. Deltagerne har ofte været udsat for flere former for vold samtidigt, og for mange har volden været skjult i årevis, før den er blevet italesat. Dette understreger behovet for trygge fællesskaber, hvor voldserfaringer kan deles i eget tempo.

Den høje grad af deltagertilfredshed kombineret med en stigende efterspørgsel på individuel støtte peger på, at gruppeforløbene opleves som relevante og meningsfulde, men for mange fungerer som ét element i et længere og sammensat støtteforløb snarere end en afsluttende indsats. I tråd med indledningens beskrivelse viser evalueringen, at støttebehovet ikke følger et lineært forløb, men kræver fleksibilitet og mulighed for at vende tilbage efter behov.

At en stor andel af deltagerne tidligere er vendt tilbage til voldelige relationer én eller flere gange, bekræfter, at brud med vold sjældent er endelige eller entydige. Tal om Vold fungerer derfor som et mellemliggende rum mellem uformel støtte fra netværk og mere formaliserede indsatser, hvor deltagerne kan orientere sig mod støtte uden krav om progression.

Samlet set viser evalueringen, at Tal om Vold reducerer isolation, understøtter italesættelse af vold og styrker deltagernes viden om egne rettigheder og handlemuligheder. Indsatsen fremstår dermed ikke alene som støtte i sig selv, men som en nødvendig forudsætning for, at mennesker med voldserfaringer overhovedet får adgang til støtte.

Implikationer for praksis og beslutningstagere

- Evalueringen viser, at støtte til voldsudsatte sjældent følger lineære forløb, hvilket understreger behovet for fleksible og gentagelige indsatser, der kan tilgås over tid uden krav om progression.
- Tal om Vold dokumenterer betydningen af lavtærskeltilgange, hvor anonymitet, frivillighed og selvvalgt timing reducerer barrierer for at opsøge støtte.
- Gruppebaserede forløb fungerer for mange som ét element i et bredere støttefelt, hvilket peger på nødvendigheden af kombinationen af gruppeforløb og individuel støtte.
- Den stigende efterspørgsel på 1:1-samtaler indikerer, at differentierede støtteformer bør indgå som en integreret del af voldsfaglige indsatser.
- Evalueringen peger på, at lavtærskeltilbud udgør et mellemliggende led mellem uformel støtte og formaliserede indsatser, og dermed er en strukturel forudsætning for, at voldsudsatte overhovedet får adgang til hjælp.
- For beslutningstagere indebærer dette et behov for langsigtet og stabil finansiering af indsatser, der kan rumme gentagelser og individuelle tempoer i helingsprocessen.
- Evalueringen peger på, at mødet med et fragmenteret hjælpesystem i sig selv kan forstærke belastningerne for voldsudsatte, hvilket understreger behovet for, at voldsfaglige indsatser og myndighedspraksis udvikles med en bevidsthed om systemisk belastning, herunder hvordan krav om dokumentation og individuel ansvarlighed kan fungere som en forlængelse af voldserfaringen.