



Hvor står vi nu med psykisk vold?

Et vidensnotat baseret på
forskning og praksis

Lev
~~uden~~
~~vold~~

august '26

Denne rapport er udarbejdet af Lev Uden Vold i et samarbejde med Mandecentret og Landsorganisationen af Kvindekrisecentre og støttet af Oak Foundation Denmark.

Forfattere

Katrine Wamsler
Karoline Haugland
Amalie Guldborg Olesen
Sara Anta Sow Pilehave

Sparringsgruppe

Eva Bertelsen, Landsorganisationen af Kvindekrisecentre (LOKK)
Marie Winther, Mandecentret

Udgivet af

Lev Uden Vold
Emdrupvej 28A, 3.
2100 København Ø

ISBN: 978-87-85249-07-4

Copyright © 2026 Lev Uden Vold

Gengivelse af uddrag, herunder figurer, illustrationer og tabeller, er kun tilladt mod tydelig kildehenvisning.

Indholdsfortegnelse

Baggrund og formål	4
Større fokus på psykisk vold	5
Metode	7
Datagrundlag og valg	7
Forskningslitteratur	7
Samtaler med danske forskere	8
Interviews med fagpersoner	8
Rundspørger blandt fagpersoner	8
Flere definitioner i spil	10
Den socialfaglige definition	10
Den strafferetlige definition	12
Social- og Boligstyrelsens socialfaglige definition af psykisk vold	13
Anvendelse af definitionerne i praksis	13
Vurderingsudfordringer og faglige dilemmaer	15
Spektrum af adfærd	16
Mangelfuld indsigt i forløb og dynamikker	16
Intention og/eller affekt	17
Centrale tematikker i afdækningen af psykisk vold	17
Voldsforståelser med afsæt i forskning	19
Introduktion til vigtige typologier	19
Kontrolbaseret vold	20
Situationel vold	23
Afgrænsning af psykisk vold	24
Hvad betyder teori og praksiserfaringer for de tre definitioner?	26
Centrale pejlemærker til identifikation af psykisk vold	28
Pejlemærke 1: Mønster over tid	30
Pejlemærke 2: Relationel kontekst	32
Pejlemærke 3: Ulige magtforhold	34
Pejlemærke 4: Regler og regelbrud	35
Pejlemærke 5: Begrænsning og tilpasning	37
Fra teori til praksis – et refleksionsmateriale til fagpersoner	38
Litteratur	40

Baggrund og formål

Dette vidensnotat er udarbejdet af Lev Uden Vold i samarbejde med Mandecentret (MC) og Landsorganisationen af Kvindekrisecentre (LOKK). Notatet præsenterer et aktuelt blik på, hvor vi står i dag i forståelsen af psykisk vold med afsæt i forskning og praksiserfaringer. Formålet med notatet og det tilhørende refleksionsmateriale er at kvalificere den faglige forståelse af psykisk vold i nære relationer. Tilsammen skal de to materialer understøtte fagprofessionelle i at kunne identificere psykisk vold i praksis – og dermed også gøre det lettere for dem at handle på denne viden.

Materialet har fokus på psykisk vold mellem voksne i nære relationer og bygger på forskning inden for dette område. Psykisk vold mod børn behandles ikke i dette materiale.

Psykisk vold er den mest udbredte form for partnervold i Danmark, og ifølge den seneste offerundersøgelse anslås det, at mellem 116.000-144.000 personer årligt udsættes for psykisk vold (Justitsministeriets Forskningskontor, 2025). Samtidig har psykisk vold omfattende konsekvenser for den udsattes trivsel og helbred – både psykisk, fysisk og socialt (Oldrup et. al, 2018). Derfor er det vigtigt, at mennesker,

der er udsat for psykisk vold i nære relationer, bliver opsporet så tidligt som muligt og får den rette hjælp og støtte, ligesom der skal kunne tilbydes kvalificeret behandling til personer, der selv bruger vold, for at stoppe fortsat vold og voldens reproduktion.

Psykisk vold er fortsat et relativt nyt begreb, både i offentligheden, i retssystemet og i den socialfaglige praksis. I 2018 blev der i Danmark formuleret en fælles socialfaglig definition af psykisk vold, og i 2019 blev psykisk vold i nære relationer kriminaliseret.

Den første socialfaglige definition blev udviklet og præsenteret af Lev Uden Vold med det formål at synliggøre og begrebsliggøre psykisk vold. Definitionen skulle understøtte fagpersoner uden for politi og retssystem i at identificere og opspore psykisk vold i praksis. Målgruppen for definitionen var blandt andet sagsbehandlere, medarbejdere på krisecentre og ambulante tilbud, sundhedsprofessionelle, lærere og pædagoger. Som afsæt for arbejdet samlede Lev Uden Vold en arbejdsgruppe bestående af faglige eksperter på voldsområdet, der i fællesskab udviklede en dansk socialfaglig definition af psykisk vold (Lev Uden Vold, 2018). Fundamentet

for arbejdet var en kortlægning af internationale definitioner og begreber for psykisk vold, som Lev Uden Vold forinden havde udarbejdet (Oldrup & Kjær, 2018).

Ambitionen med den socialfaglige definition var således at etablere en fælles praksisnær forståelse af psykisk vold. Arbejdet med den socialfaglige definition forløb sideløbende med, at der politisk blev arbejdet med en strafferetlig definition af psykisk vold. I forbindelse med udviklingen af den socialfaglige definition, var der derfor også en anerkendelse af, at den forventede kriminalisering af psykisk vold ville generere ny viden og flere erfaringer. Den socialfaglige definition blev derfor formuleret som foreløbig, med henblik på at skulle genbesøges og videreudvikles over tid.

Siden arbejdet med den socialfaglige definition er der som ventet sket betydelige udviklinger på det voldsfaglige felt. Der er ikke blot opnået mere viden om psykisk vold, men også oparbejdet omfattende praksiserfaringer med anvendelsen af definitionen. Det giver derfor anledning til nu at genbesøge definitionen og overveje, om den fortsat afspejler den komplekse virkelighed, fagprofessionelle står i, og om nye indsigter og perspektiver bør inddrages i en opdateret forståelse af psykisk vold i nære relationer.

Større fokus på psykisk vold

Siden udviklingen af den socialfaglige definition og kriminaliseringen af psykisk vold har der været en stigende opmærksomhed på voldsformen, både blandt fagpersoner og i befolkningen generelt. Denne opmærksomhed er positiv, men indebærer også en risiko for, at begrebet udvandes og anvendes mere upræcist. Det kan medføre, at psykisk vold bliver en bred

rammebetegnelse for handlinger, der opleves som ubehagelige eller uhensigtsmæssige i en relation, men som fagligt ikke kan kategoriseres som psykisk vold. Derfor er det nødvendigt løbende at fastholde og skærpe forståelsen af, hvad der udgør psykisk vold, og hvad der ikke gør. Ellers risikerer vi ikke alene at svække begrebets betydning og dermed forståelsen af voldsformens alvor og konsekvenser, men også at betegne mennesker som voldsudøvere uden et tilstrækkeligt fagligt grundlag.

I Lev Uden Vold opleves den øgede opmærksomhed og udvikling konkret i rådgivningen. I 2025 omhandlede 82 % af alle samtaler med mennesker udsat for vold således blandt andet psykisk vold, hvilket understreger voldsformens udbredelse og konsekvenser. Samtidig handlede 17 % af alle samtaler med voldsudsatte om et behov for afklaring af, hvad den enkelte oplevede, og hvorvidt der overhovedet var tale om vold. Rådgivningen er præget af en bred vifte af henvendelsestyper, både fra mennesker, der meget tydeligt er udsat for psykisk vold, men også:

- Henvendelser fra personer, der genkender egne handlinger i beskrivelser af psykisk vold og søger hjælp til at handle anderledes.
- Henvendelser fra personer, der er i tvivl om, hvorvidt det, de oplever, er psykisk vold.
- Henvendelser fra personer, der oplever sig udsat for noget, de betegner som psykisk vold, men hvor beskrivelserne ikke er indenfor den faglige forståelse af, hvad psykisk vold er. Det kan for eksempel handle om situationer, hvor henvenderen beskriver konflikter eller uenigheder med en partner eller et familiemedlem, som i rådgivningen vurderes at være udtryk for en usund

relation præget af uhensigtsmæssig kommunikation eller højkonflikt, men ikke psykisk vold.

- Henvendelser fra personer, der henvender sig som voldsudøver, ofte på opfordring af en partner, men hvor det i løbet af rådgivningssamtalen bliver tydeligt for rådgiveren, at henvenderen selv er udsat for psykisk vold.

Variationen i henvendelserne stiller et øget krav til rådgivernes evne til at foretage nuancerede faglige vurderinger, herunder at afgrænse, hvornår der er tale om psykisk vold, og hvornår der er tale om dysfunktionelle relationer og dynamikker. Denne udfordring er ikke unik for Lev Uden Vold, men genfindes på tværs af praksisfelter og blandt andre fagpersoner, der møder psykisk vold i deres daglige arbejde.

På den baggrund undersøger vidensnotatet, hvordan psykisk vold forstås, anvendes og udfordres i praksis, og hvordan forskningen kan bidrage til at tydeliggøre gråzoner og kvalificere faglige vurderinger.

I forlængelse af vidensnotatet er udviklet et praksisnært refleksionsmateriale målrettet fagpersoner, der møder vold i nære relationer i deres arbejde. Refleksionsmaterialet tager afsæt i vidensnotatets centrale indsigter og omsætter dem til pejlemærker, refleksions-spørgsmål og cases til brug i praksis. ■

Metode

For at belyse, hvordan psykisk vold kan forstås og identificeres i praksis, er notatet baseret på en analytisk tilgang, der kombinerer forskningsbaseret viden, praksiserfaringer og empiriske data.

Datagrundlag og valg

Vidensnotatet bygger på fire kilder til viden, som tilsammen belyser afgrænsningen af psykisk vold fra forskellige perspektiver:

- Forskningslitteratur
- Samtaler med danske forskere
- Interviews med fagpersoner
- Rundspørger blandt fagpersoner

Forskningslitteratur

Det forskningsbaserede afsæt i vidensnotatet er en præsentation af centrale perspektiver fra international og nordisk forskning og faglitteratur, som belyser psykisk vold fra forskellige vinkler. Centralt står bidrag fra Per Isdal, Michael P. Johnson og Evan Stark, hvis begrebsliggørelser var væsentlige i det tidligere arbejde med at udvikle den socialfaglige definition og fortsat er væsentlige i forståelsen af psykisk vold. Disse perspektiver udfoldes og suppleres med nyere forskningsbaserede nuanceringer og videreudviklinger. Forskningen i psykisk vold peger samlet på en række forståelser og analytiske greb, som er relevante i faglige vurderinger af psykisk vold.

Gennemgangen har til formål at styrke forståelsen af psykisk vold og understøtte håndteringen af de gråzoner og tvivls-spørgsmål, der ofte opstår i praksis.

Viden om vold

Når vi ser på forskellige typer af voldsforståelser med afsæt i forskning, er det væsentligt indledningsvist at være opmærksom på, at den måde, hvorpå viden om vold indsamles, kan have betydning for, hvilke former for vold der bliver synlige i både forskning og praksis. Data fra f.eks. skadestuer, politi, krisecentre og retssystemet vil oftere indfange tilfælde af alvorlig fysisk vold og kontrolbaseret vold, hvor konsekvenserne er akutte eller tydeligt dokumenterbare. Omvendt vil større befolkningsundersøgelser i højere grad indfange situationel vold, som kan være mere udbredt, men også mindre systematisk og mindre forbundet med vedvarende kontrol (Johnson, 2008; Conroy et al., 2022). Forskning peger samtidig på, at personer, der lever i relationer præget af kontrolbaseret vold, kan være underrepræsenterede i surveys, blandt andet på grund af frygt for repressalier eller begrænset mulighed for at deltage (Johnson, 2008; Kelly & Johnson, 2008).

Muligheden for at differentiere mellem forskellige former for voldsudsathed har imidlertid betydning for udviklingen af mere præcise screeningsredskaber, for

bedre risikovurdering og for at kunne tilbyde mere målrettede og effektive indsatser og behandlingstilbud. Omvendt indebærer upræcise eller brede definitioner en risiko for, at vidt forskellige handlinger, dynamikker og populationer sammenblandes, hvilket kan føre til fejlslutninger og manglende effekt af både sociale og behandlingsmæssige indsatser. Præcisionen i de forskellige forskningsmæssige definitioner af vold kan ligeledes have betydning for, hvor præcist vi er i stand til at måle forekomst og omfang af vold, samt hvilken type vold, vi måler (Kelly & Johnson, 2008, Hamby, 2017). Disse overvejelser har alle betydning for, hvordan forskning på feltet læses og anvendes.

Samtaler med danske forskere

Som led i arbejdet med at udfolde og kvalificere de centrale forskningsperspektiver om psykisk vold, er der gennemført tre faglige sparringssamtaler med danske forskere med speciale i vold i nære relationer, henholdsvis: Mai Heide Ottosen, seniorforsker ved VIVE, William Østerby Sørensen, ph.d.-studerende ved Det Europæiske Universitetsinstitut og Ida Nielsen Sølvhøj, post.doc ved Syddansk Universitet. Formålet har været at kvalificere læsningen af forskningen, identificere nyere strømninger i feltet og være opmærksomme på forskningsmæssige uenigheder og metodiske begrænsninger. Disse samtaler indgår som en del af notatets vidensgrundlag, men er ikke behandlet som selvstændige datakilder.

Interviews med fagpersoner

For at målrette og kvalificere læsningen af forskning på området, er der i forbindelse med udarbejdelsen af vidensnotatet gennemført syv kvalitative interviews med grupper af fagpersoner, der i deres

daglige arbejde møder og vurderer psykisk vold i nære relationer. Interviewene har haft fokus på, hvordan psykisk vold vurderes i praksis, hvilke tvivlsspørgsmål og dilemmaer der opstår, og hvordan eksisterende definitioner anvendes, udfordres eller suppleres i konkrete sager. Interviewene har dannet afsæt for at dykke ned i og finde svar og nuancer i forskningen, der kan skærpe forståelsen og afgrænsningen af psykisk vold. Derudover har interviewene bidraget med erfaringer og perspektiver fra personer med indgående praksiserfaring på området, hvilket er med til at sikre, at det tilhørende refleksionsmateriale bliver både meningsfuldt og anvendeligt for fagpersoner.

Interviewpersonerne repræsenterer forskellige dele af det voldsfaglige felt, og omfatter medarbejdere fra følgende organisationer: Danner, Dialog Mod Vold, Funktion for Voldsudsatte på Frederiksberg Hospital, Mandecentret, Liva Shelter, rådgivere på Lev Uden Volds nationale hotline og rådgivere og sikkerhedskonsulenter fra MÆRK. Fælles for dem er, at de har indgående erfaring med komplekse sager, hvor psykisk vold indgår. Deres perspektiver bidrager med viden om de faglige overvejelser, gråzoner og dilemmaer, der opstår i arbejdet med at identificere, afgrænse og vurdere psykisk vold.

Rundspørger blandt fagpersoner

For at få et bredere indblik i, hvordan fagpersoner, der til daglig arbejder med psykisk vold i nære relationer, vurderer og afgrænser, hvornår en person er voldsudsat, er der gennemført to rundspørger: én med fokus på gråzoner i afgrænsningen af psykisk vold og én med fokus på brug af screeningsværktøjer og metoder. Formålet med begge har været at få et bredere indblik i hvilke værktøjer, metoder og definitioner,

der ligger til grund for, hvordan fagpersoner vurderer og afgrænser psykisk vold i praksis. Med rundspørgerne har der samtidig været et særligt fokus på at få en forståelse af, hvornår fagpersoner kommer i tvivl, og hvad der bliver lagt vægt på i tvivlstilfælde for at kunne foretage en vurdering.

Gråzonerundspørgen blev uddelt som et spørgeskema til deltagere ved LOKK's voldsfaglige landskonference d. 25. november 2025. Spørgeskemaet blev uddelt til kontaktpersoner i voldsfaglige tilbud, der var deltagere i workshopen "Afgrænsning af psykisk vold" som LOKK holdt i samarbejde med Lev Uden Vold. Efterfølgende blev spørgeskemaet videresendt til Mandecentret, som har distribueret det til medarbejdere på samtlige af Mandecentrets syv krisecentre. I alt har 87 respondenter besvaret gråzonerundspørgen.

Rundspørgen om screeningsværktøjer og metoder blev udsendt via mail til medarbejdere på krisecentre og voldsfaglige, ambulante tilbud med svarfrist i perioden 8. december 2025 til 1. januar 2026. I alt har 48 respondenter besvaret denne rundspørge.

Begge rundspørger er dermed gennemført blandt fagpersoner med praksiserfaring inden for arbejdet med vold i nære relationer, men er ikke udvalgt med henblik på statistisk repræsentativitet. Resultaterne kan dermed ikke generaliseres til det voldsfaglige felt som helhed, men giver et overordnet indblik i de metoder, der benyttes, samt faglige overvejelser og udfordringer i arbejdet med at identificere og afgrænse psykisk vold. ■

Flere definitioner i spil

I Danmark benyttes pt. tre overordnede definitioner af psykisk vold i praksisfeltet: den socialfaglige definition udviklet af Lev Uden Vold, Social- og Boligstyrelsens socialfaglige definition og den strafferetlige definition. De tre definitioner er udviklet på forskellige tidspunkter, med forskellige formål og anvendes i forskellige sammenhænge i arbejdet med vold i nære relationer.

Lev Uden Volds socialfaglige definition blev udviklet i 2018 med henblik på at understøtte fagprofessionelles mulighed for at identificere og opspore psykisk vold i praksis, og blev som den første benævnt 'den socialfaglige definition'. Den strafferetlige definition fra 2019 fastlægger de juridiske kriterier for, hvornår psykisk vold anses som en strafbar handling. Social- og Boligstyrelsens definition er opstået i kølvandet på de to forrige definitioner og er blevet udfoldet og anvendt løbende i vejledninger og praksismaterialer fra 2023 og frem.

I det følgende præsenteres de tre danske definitioner af psykisk vold. Gennemgangen har til formål at tydeliggøre, hvad de hver især er udviklet til at indfange, og hvordan de adskiller sig fra hinanden. Først gennemgås den socialfaglige defi-

nition, dernæst den strafferetlige definition og til sidst Social- og Boligstyrelsens definition.

Den socialfaglige definition:

"Psykisk vold i nære relationer er gentagne handlinger, som nedgør, ydmyger, krænker, manipulerer, truer eller isolerer. Handlingerne kan ske i affekt eller være planlagte og have til formål at kontrollere eller begrænse den voldsudsattes livsudfoldelse."

(Lev Uden Vold, 2018)

Elementerne i den socialfaglige definition

Den socialfaglige definitions omdrejningspunkt er vold i nære relationer, hvor nære relationer forstås som kæreste-, omsorgs- og familierelationer. Hensigten med definitionen er at beskrive og begrebsliggøre psykisk vold i en dansk kontekst, samt at give et fælles fagligt afsæt for at identificere og tale om psykisk vold i praksis.

Definitionen fremhæver en række centrale elementer. For det første forstås psykisk vold som gentagne handlinger, der over tid danner et mønster. For det andet peges der på forskellige former for psykisk voldelig adfærd, herunder nedgørelse, ydmygelse, krænkelser, manipulation, trusler og isolation. Desuden fremgår det, at handlingerne

både kan opstå i affekt og være planlagte, og at de har til formål at kontrollere eller begrænse den udsattes livsudfoldelse.

I det følgende gennemgås en uddybning af den adfærd og de handlinger, der indgår i den socialfaglige definition fra 2018 og tilhørende vejledningsmateriale (Lev Uden Vold, 2018).

Nedgørende, ydmygende og krænkende behandling

Denne type adfærd kan komme til udtryk gennem verbale angreb og aggressioner, nedgørelse, nedværdigende behandling, intimidering, ydmygelser, usande påstande og beskyldninger, latterliggørelse samt overdreven kritik.

Eksempler kan være at nedgøre den udsattes udseende eller udtalelser, at fortælle andre, at vedkommende er psykisk ustabil, eller at ignorere og fryse den udsatte ud. Det kan også omfatte at tale grimt, give den udsatte nedværdigende øgenavne, behandle vedkommende som underordnet eller kritisere dennes måde at være på eller håndtere hverdagsforhold.

Følelsesmæssig manipulation

Følelsesmæssig manipulation kan komme til udtryk gennem gaslighting, hvor den udsatte gradvist bringes i tvivl om egne oplevelser, vurderinger og hukommelse. Det kan ske ved, at den, der udøver volden, fordrejer og benægter tidligere hændelser – for eksempel ved at afvise, at noget er blevet sagt eller gjort – eller planter falske informationer.

Manipulationen kan også tage form af overdreven jalousi, besidderadfærd eller mistænkeliggørelse. Det kan komme til udtryk gennem gentagne beskyldninger om utroskab, ignorering af den udsattes følelser eller forsøg på at skabe skyld og ansvar

hos den udsatte for udøverens reaktioner. Over tid kan dette svække den udsattes virkelighedsoplevelse.

Trusler

Trusler kan være både verbale og nonverbale og spænder fra direkte til mere indirekte former. Nogle trusler vil være strafbare, f.eks. når de fremkalder alvorlig frygt for liv, helbred eller sikkerhed, mens andre falder uden for det strafferetlige område, men kan stadig medføre betydelig psykisk belastning for den udsatte.

Trusler kan for eksempel handle om at påføre skade på sig selv, forlade relationen, være utro, tage børnene med eller begrænse samværet med børnene. De kan også rette sig mod den udsattes særlige sårbarheder, såsom opholdsgrundlag, helbred, økonomi, familiære relationer eller andre personlige forhold.

Trusler kan også være mere indirekte og komme til udtryk gennem antydninger, tavshed eller ændret adfærd, som skaber utryghed. Fælles for truslerne er, at de kan fremkalde frygt og medvirke til, at den, der udsættes for vold, tilpasser sin adfærd for at undgå sanktioner, irettesættelser eller ydmygelser.

Isolation

Isolation kan komme til udtryk som en begrænsning af den udsattes handlefrihed eller kontakt til omverdenen. Det kan ske ved at begrænse adgang til sociale relationer eller ved at hindre deltagelse i eller adgang til fx sundhedsvæsen, uddannelse, arbejdsmarked eller økonomi.

Isolationen kan være fysisk, som inde-spærring eller frihedsberøvelse, men kan også være mere indirekte, som ved indskrænkning af den udsattes selvstændighed og muligheder for at søge hjælp. Over tid

kan dette bidrage til øget afhængighed og indskrænkede muligheder for at handle og træffe egne valg.

Eksempler kan være at overbevise den udsatte om, at udøveren er den eneste, der forstår og værdsætter vedkommende, at begrænse adgang til penge eller sociale kontakter eller at kontrollere, hvornår den udsatte kan forlade hjemmet.

Forskellige kontrolstrategier

Som en del af vejledningsmaterialet til den socialfaglige definition, blev også kontrolstrategier overordnet udfoldet. Kontrolstrategier kan komme til udtryk som styrende eller dominerende adfærd, der regulerer den udsattes opførsel og handlemuligheder og kan skabe afhængighed i relationen. Det kan for eksempel ske gennem overvågning eller styring af kommunikation og kontakt til omverdenen – både fysisk og digitalt, fx ved at kontrollere den udsattes færden på sociale medier, begrænse eller udelukke deltagelse i sociale aktiviteter og fællesskaber.

I relationer med fælles børn kan børnene inddrages som en del af kontrollen, fx ved at påvirke samvær eller skabe usikkerhed omkring forælderrollen. Kontrolstrategier kan også komme til udtryk gennem negativ social kontrol, æresmotiveret vold eller tvangsægteskaber.

Den strafferetlige definition

I 2019 blev psykisk vold kriminaliseret i Danmark ved § 243 (LFF 2019-01-09 nr. 139, 2019). Den strafferetlige definition læner sig i høj grad op ad den socialfaglige definition. Nedenfor præsenteres og uddybes den strafferetlige definition af psykisk vold, samt den bagvedliggende operationalisering af de enkelte elementer.

Straffelovens §243

Den, som tilhører eller er nært knyttet til en andens husstand eller tidligere har haft en sådan tilknytning til husstanden, og som gentagne gange over en periode udsætter den anden for groft nedværdigende, forulempende eller krænkende adfærd, der er egnet til utilbørligt at styre den anden, herunder ved udøvelse af negativ social kontrol, straffes for psykisk vold med bøde eller fængsel indtil 3 år.

Tilknytning til husstand

For at handlinger og adfærd kan straffes som psykisk vold kræver det, at den potentielle gerningsperson har en vis tilknytning til den forurettedes husstand. Det kan for eksempel være en ægtefælle, (eks)kæreste, forælder, plejeforælder eller søskende. Afhængigt af omstændighederne kan personale, der arbejder på et opholdssted eller botilbud, hvor forurettede bor, også være omfattet af bestemmelsen.

Gentagende gange over en periode

Før man strafferetligt kan tale om psykisk vold, skal adfærden være udøvet gentagne gange over en periode. Dermed omfattes enkeltstående krænkelser ikke af bestemmelsen. Adfærden skal optræde i et mønster, dvs. som en række forskellige handlinger, der samlet set skaber et regime af vold. Herudover skal adfærden strække sig over en periode. Det afgøres ud fra en konkret vurdering af blandt andet intensitet og adfærdens potentielle skadevirkning, hvor lang 'en periode' er. Hyppige eller intense episoder kan betyde, at en kort periode er tilstrækkelig, ligesom få tilfælde af alvorlige krænkelser kan være afgørende. Bestemmelsen gælder kun for handlinger, der er begået efter d. 1. april 2019, hvor den trådte i kraft.

Groft nedværdigende, forulempende eller krænkende adfærd

Den adfærd, som forurettede udsættes for,

skal være nedværdigende, forulempende eller krænkende. Begreberne afgrænser ikke hinanden. Adfærden skal derudover kunne betegnes som 'grov'. Kravet om 'grovhed' indebærer ikke, at hver enkelt handling skal være grov, men at adfærden samlet set skal være grov. Om adfærden vurderes som grov hænger blandt andet sammen med ovenstående betingelse om, at adfærden skal være foretaget gentagne gange over en periode, samt være egnet til at styre den forurettede. Dermed skal der samlet set være tale om en adfærd med en vis varighed og intensitet for at opfylde grovhedskravet.

Egnet til utilbørligt at styre den anden
Strafferetligt definerer man ligeledes psykisk vold ved, at adfærden skal være egnet til utilbørligt at styre den anden. At 'styre' refererer til kontrollerende adfærd, som forhindrer forurettede i at udfolde sig frit. Det kan fx betyde, at personen får frataget muligheden for at bestemme over sig selv og eget liv, at personens selv værd nedbrydes, at personen isoleres eller gøres afhængig af gerningspersonen. Adfærden skal dermed samlet set være egnet til at påvirke en person til at gøre eller tåle noget, som ikke er udtryk for personens frie vilje.

Social- og Boligstyrelsens socialfaglige definition:

"Psykisk vold er gentagne handlinger eller hændelser, som er egnet til at nedgøre, ydmyge, krænke, manipulere, true eller isolere en anden person."

(Social- og Boligstyrelsen, 2023)

Social- og Boligstyrelsens definition ligger tæt op ad den oprindelige socialfaglige definition i sin beskrivelse af de konkrete handlinger, men adskiller sig ved at være mere kortfattet og uden angivelse af intention eller formål.

Den placerer sig således i tråd med den strafferetlige forståelse ved både at have fokus på gentagelse og handlingstyper og ved at anvende formuleringen "egnet til", som også genfindes i straffeloven. Dermed fungerer definitionen i nogen grad som en socialfaglig 'oversættelse' af den juridiske forståelse af psykisk vold.

Anvendelse af definitionerne i praksis

For at forstå definitionernes anvendelses-potentiale i praksis, er der i både rund-spørger og interviews spurgt ind til konkret praksis, samt styrker og udfordringer ved definitionerne. På tværs af interviews med fagpersoner og de to rundspørger, fremgår det således, at arbejdet med at identificere og vurdere psykisk vold i praksis sjældent tager udgangspunkt i udelukkende én definition. Vurderingerne beror i stedet på en kombination af definitioner, screenings-redskaber, teoretisk viden og faglige skøn. For langt størstedelen fungerer en af de to socialfaglige definitioner som et centralt referencepunkt. Samtidig peger den indsamlede viden på, at forståelsen og operationaliseringen af psykisk vold i praksis er præget af betydelig variation, hvor fælles referencerammer kombineres med individuelle faglige vurderinger.

De to rundspørger viser, at anvendelsen af definitioner og vurderingsredskaber varierer på tværs af praksisfelter. Lidt over halvdelen af respondenterne angiver, at de anvender et screeningsværktøj eller en screeningsmetode i vurderingen af psykisk vold. De fleste benytter samtidig lokalt udviklede spørge- eller visitationsskemaer, hvilket peger på, at der eksisterer mange forskellige metoder til at arbejde systematisk med screening og vurdering.

Omkring tre fjerdedele af respondenterne på tværs af de to rundspørger angiver, at de anvender en socialfaglig definition i deres arbejde. Besvarelserne giver dog ikke indblik i, hvordan definitionen konkret omsættes i praksis, og den samme definition kan derfor være operationaliseret forskelligt på tværs af organisationer og fagpersoner. Vurderingen i den enkelte sag afhænger dermed i høj grad af fagpersonens egen faglige vurdering, viden og erfaring med at identificere psykisk vold. Interviewene med fagpersoner peger i samme retning. Flere beskriver, at de i praksis arbejder med en kombination af elementer fra en socialfaglig definition og den strafferetlige definition, samt de tilhørende vejledninger og forarbejder. Desuden fremhæver interviewpersonerne inden for arbejdet med æresmotiverede problematikker betydningen af den strafferetlige definitions fokus på negativ social kontrol, blandt andet ift. tvangsægteskab og fastholdelse i ægteskab. Her vurderes handlinger ofte i lyset af et æresmotiv, hvor volden forstås som en del af et kollektivt normsystem, der regulerer individets adfærd af hensyn til familiens eller kollektivets ære.

På tværs af interviews med fagpersoner, rundspørger og samtaler med forskere peges der på en række vurderingsudfordringer og dilemmaer i arbejdet med psykisk vold, som udfoldes i de følgende kapitler. Det er dog værd at fremhæve allerede her, at samtlige fagpersoner fremhæver, at den oprindelige socialfaglige definition forsøger at favne en meget bred vifte af adfærd og dynamikker. Flere aktører beskriver i den forbindelse, at definitionen og den tilhørende vejledning lægger op til en forståelse af psykisk vold som et spektrum, hvor der i den ene ende kan være tale om usunde eller konfliktfyldte relationer, og i den anden ende grov og systematisk psykisk vold. Dette kan i praksis gøre det udfor-

drende at afgrænse, hvornår der er tale om psykisk vold, og hvornår der snarere er tale om en usund relation eller højkonflikt, hvorfor definitionen kan gøre vurderingen mere usikker. En del af forklaringen kan ligge i, at den socialfaglige definition på tidspunktet for udviklingen forsøgte at rumme flere kategorier af vold, både situationel og kontrolbaseret, som repræsenterer to vidt forskellige former for voldsudsathed med forskellige relationsdynamikker, der ikke er umiddelbart sammenlignelige.

Samlet peger interviews og rundspørger på, at arbejdet med at identificere psykisk vold i praksis i høj grad tager udgangspunkt i en socialfaglig definition, men samtidig beror på en betydelig variation af formelle redskaber kombineret med faglige skøn. Dette kan bidrage til uklarhed i vurderinger og understreger behovet for en mere sammenhængende faglig forståelse af psykisk vold og de dynamikker, der er indlejret i voldsformen, som rækker ud over den enkelte definitions ord. ■

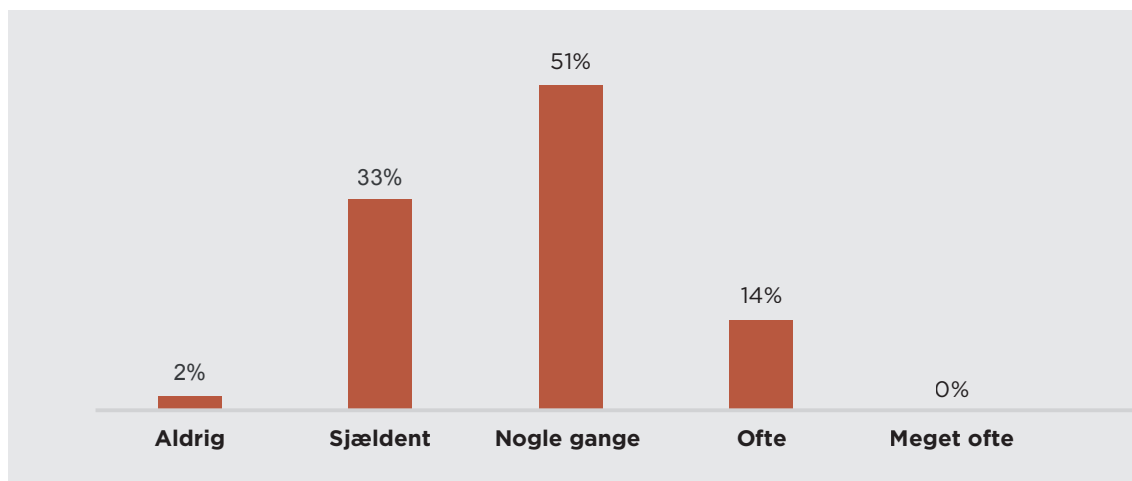
Vurderings- udfordringer og faglige dilemmaer

For at forstå, hvilke dynamikker og hvilken adfærd, der er på spil i brugen af psykisk vold, er det indledningsvist væsentligt at dykke ned i de gråzoner og tvivlsspørgsmål, der kan opstå i arbejdet med at identificere psykisk vold i praksis. Formålet er at udpege de faglige udfordringer, mønstre, uenigheder og nuanceringer, der tegner sig i praksisfeltet, som de er kommet til udtryk på tværs af interviews med fagpersoner og

de to rundspørger. De identificerede udfordringer og dilemmaer oplyses i det efterfølgende kapitel med afsæt i forskning på området.

I rundspørgen om gråzoner blev respondenterne spurgt om, hvor ofte de oplever faglig tvivl, når de skal vurdere, hvorvidt der i en given situation er tale om en usund relation eller psykisk vold. Af de 87

Figur 1. Hvor ofte oplever du faglig tvivl i sondringen mellem psykisk vold og en usund relation?



respondenter svarer 51 %, at de nogle gange oplever tvivl, 14 % oplever ofte tvivl, mens 33 % sjældent oplever at være i tvivl. Resultaterne peger således på, at faglig tvivl relateret til identifikation og vurdering af psykisk vold er en relativt udbredt oplevelse blandt de adspurgte fagpersoner.

Spektrum af adfærd

I interviewene med fagpersoner peger flere på, at der kan være uklarhed om, hvilke relationsdynamikker, der er omfattet af begrebet psykisk vold og hvilke, der ikke er. Denne uklarhed afspejler en grundlæggende kompleksitet i afgrænsningen af psykisk vold i praksis. I praksis kan det medføre, at begrebet anvendes om et bredt spektrum af adfærd, hvor grænsen mellem psykisk vold og usunde parforholdsdynamikker ikke altid er tydelig.

I den oprindelige socialfaglige definition og den tilhørende vejledning tegnes derudover en skelnen mellem strafbar og ikke-strafbar psykisk vold. Nogle af de interviewede fagpersoner peger på, at denne skelnen kan skabe yderligere uklarhed. Ifølge disse aktører er der enten tale om psykisk vold, som altid er strafbar, eller en usund relation, hvor der ikke er tale om psykisk vold. Betegnelsen ikke-strafbar psykisk vold kan give indtryk af, at visse former for psykisk vold ikke er omfattet af lovgivningen, mens andre er. En sondring mellem strafbar og ikke-strafbar psykisk vold kan således bidrage til uklarhed i forståelsen af begrebet, og flere fagpersoner peger derfor på et behov for at bevæge sig væk fra denne opdeling (Keller et al., 2024).

Det fremhæves, at der i praksis kan forekomme sager, hvor der reelt er tale om psykisk vold, men hvor det på grund af sagernes kompleksitet kan være vanskeligt

at løfte bevisbyrden. At en sag ikke kan føre til en strafferetlig sanktion, er derfor ikke nødvendigvis ensbetydende med, at der ikke er tale om psykisk vold.

Mangelfuld indsigt i forløb og dynamikker

En anden gennemgående udfordring, der fremhæves på tværs af interviews med fagpersoner og rundspørge, er, at vurderingen af psykisk vold kan vanskeliggøres af blinde vinkler eller manglende indsigt i relationens dynamikker og hændelsesforløb. Dette kan blandt andet skyldes, at den voldsudsatte for forskellige årsager ikke får delt oplysninger, som er nødvendige, for at fagpersonen kan foretage en kvalificeret vurdering. En forklaring kan være, at personen udsat for vold har en fragmenteret hukommelse, som følge af traumereaktioner, og derfor kan have vanskeligt ved at genkalde relevante detaljer. Oplevelserne kan også være forbundet med skyld og skam, hvilket kan gøre det vanskeligt at fortælle om bestemte hændelser eller relationelle mønstre. Andre gange kan den voldsudsatte selv vurdere en adfærd som en del af en almindelig parforholdsdynamik, hvorfor handlinger og situationer ikke bringes frem i en samtale.

Manglende indsigt kan medføre, at fagpersoner ikke har adgang til de oplysninger, der er nødvendige for at foretage en korrekt faglig vurdering. Det øger samtidig risikoen for fejlvurderinger, som kan føre til, at man f.eks. vurderer, at der ikke er tale om psykisk vold, selvom det er tilfældet, eller at man vurderer, at en person er voldsudsat, selvom vedkommende i virkeligheden er udøver eller omvendt. Flere fagpersoner fremhæver desuden, at det ligeledes kan være en udfordring, at man ofte kun møder ét perspektiv på en relation, hvilket i sig selv kan give nogle blinde vinkler.

Rundspørgens resultater understøtter disse pointer. Flere respondenter peger på, at afgrænsningen mellem psykisk vold og usunde relationer ofte kompliceres af konteksten for afdækningen. Manglende viden om den anden part, begrænset tid i visitations- eller rådgivningssamtaler samt kompleksitet i sager med f.eks. misbrug, højkonflikt eller kulturelle forskelle øger den faglige usikkerhed. I sådanne situationer bliver den voldsudsattes fortælling, reaktioner og oplevede konsekvenser af adfærden over tid centrale holdepunkter i vurderingen.

Endelig fremhæves det, at normalisering af vold, sproglige barrierer og vanskeligheder ved at give konkrete eksempler kan gøre psykisk vold vanskelig at identificere. Flere respondenter understreger derfor behovet for at arbejde undersøgende og procesorienteret med den voldsudsattes fortælling for gradvist at afdække mønstre i adfærden og de magtstrukturer, der kan være til stede i relationen. I den forbindelse bliver viden om spørgeteknik, traumereaktioner og de barrierer, der kan påvirke den voldsudsattes fortælling, afgørende for at kunne afdække relevante oplysninger og dermed foretage en kvalificeret vurdering.

Intention og/eller affekt

Et andet gennemgående tema i interviews med fagpersoner er betydningen af udøverens intention. I den socialfaglige definition fra 2018 fremgår det, at psykisk vold kan ske i affekt eller være planlagt. Derfor er det relevant at rejse spørgsmålet om, hvorvidt psykisk vold forudsætter en bevidst intention hos udøveren om at kontrollere den anden, eller om psykisk vold kan udøves uden en bevidsthed om den effekt, vedkommendes handlinger og adfærd har på den udsatte.

Flere af de interviewede fagpersoner fremhæver, at psykisk vold kan udøves både bevidst og ubevidst. Fagpersoner, der arbejder med voldsudøvere, peger i den forbindelse på, at ubevidst psykisk vold ofte hænger sammen med et uerkendt eller ubevidst kontrolbehov hos udøveren. I sådanne tilfælde vil der ikke nødvendigvis være en bevidst intention om at kontrollere den anden, men effekten af udøverens handlinger og adfærd vil alligevel være egnet til at begrænse eller styre den udsattes handlefrihed, hvormed der kan være tale om psykisk vold. Fokus flyttes således fra udøverens intention til typen af adfærd og den effekt, adfærden har på den udsatte.

Der er samtidig delte meninger blandt fagpersonerne i forhold til spørgsmålet om, hvorvidt psykisk vold kan udøves i affekt. Nogle problematiserer, at en forståelse af psykisk vold som affektbetinget kan komme til at fungere som en indirekte fraskrivelse af udøverens ansvar for volden. Andre fremhæver, at selv om psykisk vold kan udøves i affekt, har adfærden en funktion og et formål, idet den fortsat bidrager til at regulere, styre eller genoprette kontrol. I den forstand forstås psykisk vold som et valg, idet der altid eksisterer alternative handlemuligheder, og affekt ændrer dermed ikke ved ansvarsforholdet.

Centrale tematikker i afdækningen af psykisk vold

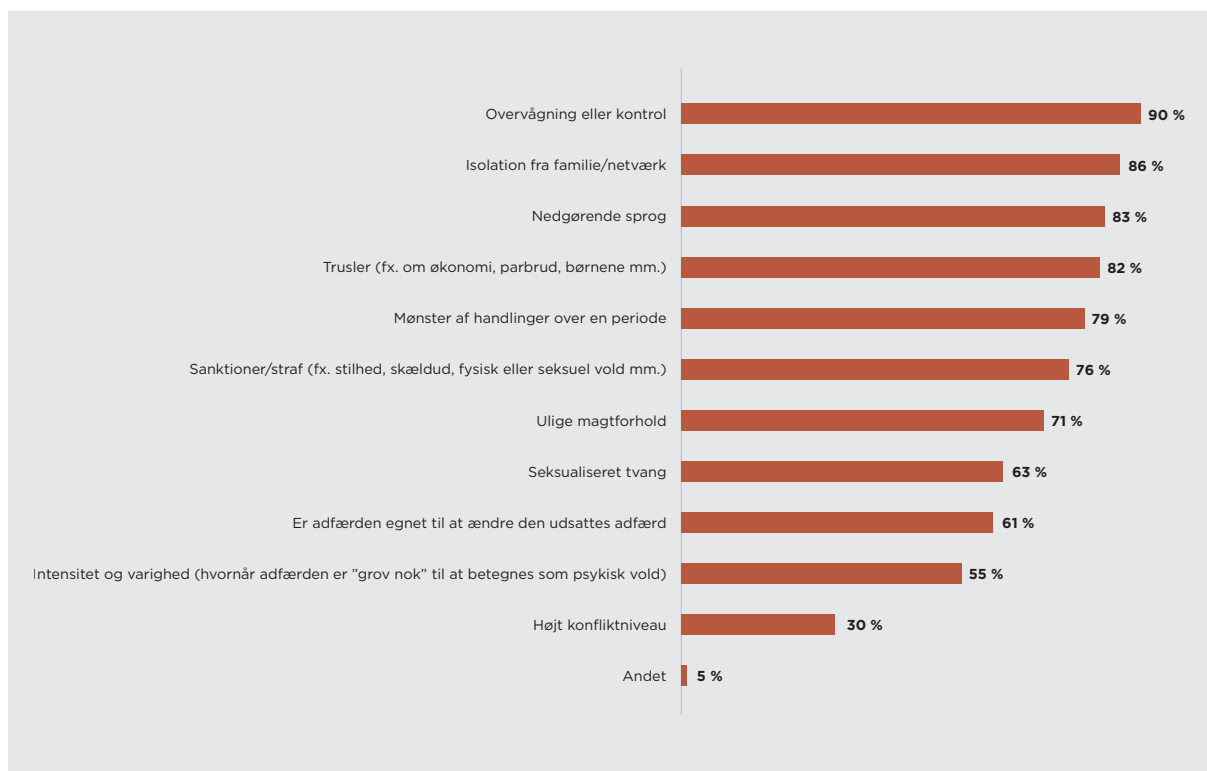
I rundspørgen om gråzoner blev respondenterne spurgt om, hvilke temaer de oftest spørger ind til i arbejdet med at afgrænse psykisk vold fra usunde relationsmønstre. Svarkategorierne var ikke gensidigt udelukkende, og respondenterne havde derfor mulighed for at vælge flere temaer. Resultaterne viser, at fagpersoner særligt spørger ind til forhold som overvågning eller kontrol, isolation, nedgørende sprog,

trusler, hvorvidt der er tale om et mønster af gentagende handlinger over tid samt sanktioner over for den udsatte.

Respondenterne i rundspørgen havde også mulighed for at uddybe deres svar i et fritekstfelt, hvilket 76 ud af 87 respondenter

har gjort brug af. De åbne besvarelser viser, at fagpersoners vurderinger i høj grad baserer sig på en samlet vurdering af relationens dynamikker, herunder hvorvidt der er tale om et mønster af handlinger og et asymmetrisk magtforhold i relationen. ■

Figur 2. Hvilke temaer kommer du oftest ind på for at afdække, om en bestemt adfærd er psykisk vold eller en usund relation?



Voldsforståelser med afsæt i forskning

De afdækkede vurderingsudfordringer og faglige dilemmaer i forbindelse med identifikation af psykisk vold i praksis, giver anledning til at dykke ned i forskningslitteraturen for at understøtte en meningsfuld og vidensinformeret afgrænsning af psykisk vold i forhold til andre voldsformer.

I praksis er psykisk vold – og voldsudsathed generelt – komplekst og passer ikke altid entydigt ind i én kategorisk definition. Kendskab til forskellige voldsforståelser kan derfor fungere som et analytisk redskab, der kan understøtte fagpersoner i at stille de rigtige spørgsmål, identificere mønstre over tid og træffe mere kvalificerede faglige vurderinger.

Introduktion til vigtige typologier

For at forstå kompleksiteten i forståelsen og afgrænsningen af psykisk vold, er det meningsfuldt indledningsvist at forholde sig til nogle forskellige typer af vold, der blandt andet adskiller sig i forhold til graden af kontrol, udøvers intention,

magtforhold og graden af gensidig voldsudøvelse. Viden om forskellige typologier kan styrke fagpersoners mulighed for at navigere i tvivlsspørgsmål og gråzoner, hvor volden ikke nødvendigvis fremstår entydigt. Typologierne kan blandt andet bidrage til at kvalificere vurderinger af dynamikker i relationen, konsekvenser for den udsatte, risiko for eskalation, samt hvilke former for støtte og indsatser, der kan være relevante. Typologierne præsenteres her for at stille skarpere på, hvad der kan karakteriseres som psykisk vold, og hvad der ikke kan.

Afsnittet tager afsæt i typologier udviklet af henholdsvis Michael P. Johnson, Evan Stark og Per Isdal. Disse har gennem flere årtier haft stor betydning for forskningen i vold i nære relationer og har bidraget med centrale begreber og analytiske skel, som fortsat udgør et vigtigt fundament for både praksis og nyere forskning. Valget af netop dette teoretiske afsæt afspejler dels, at de i vid udstrækning danner grundlag for, hvordan vold i nære relationer fortsat forstås, undersøges og videreudvikles i

nyere forskningslitteratur, dels at deres begreber og forståelser fremhæves af mange fagpersoner som centrale i deres praksis.

Samtidig er det vigtigt at understrege, at forskningen på området har udviklet sig, siden disse typologier blev introduceret. I det følgende anvendes de derfor som et analytisk udgangspunkt, som i de efterfølgende afsnit nuanceres og perspektiveres med nyere forskning. Formålet er både at fastholde et fælles begrebsgrundlag og samtidig åbne for en mere kompleks og differentieret forståelse af psykisk vold og de dynamikker, der kan være på spil i praksis.

Allerede i 1995 introducerede den amerikanske sociolog Michael P. Johnson en voldstypologi, hvor han argumenterede for, at partnervold længe har været behandlet som ét samlet fænomen, selvom der kan identificeres forskellige overordnede voldstyper med vidt forskellige dynamikker (Johnson, 1995). Ifølge Johnson kan man dermed også tale om forskellige typer af voldsudsathed.

Et centralt analytisk skel i denne sammenhæng er sondringen mellem kontrolbaseret vold og situationel vold, hvor graden af systematisk kontrol udgør det afgørende kriterium for at forstå voldens karakter og konsekvenser. I international forskning anskues voldsformerne således ikke som et kontinuum, men forstås ud fra forskellige former for voldsudsathed og de relationelle dynamikker, der er på spil i relationen (Meier, 2015; Johnson, 2017; Cares et al., 2023).

Disse to typer af vold er væsentlige i en afgrænsning og nuancering af forståelsen af, hvad der udgør psykisk vold, samt de underliggende relationelle dynamikker.

De to voldsformer præsenteres derfor mere detaljeret i de følgende afsnit.

Kontrolbaseret vold

Kontrolbaseret vold defineres med afsæt i et asymmetrisk magtforhold mellem parterne, hvor den ene part gennem kontrollerende, intimiderende taktikker og voldelige handlinger etablerer og opretholder en magtposition, der muliggør kontrol og tvang over den anden. Den psykiske vold er en afgørende del af den kontrolbaserede vold.

Den britiske kriminolog **Jane Monckton-Smith** har på baggrund af analyser af 372 britiske drabssager (mandlige gerningspersoner og kvindelige ofre) i perioden 2012–2015 udviklet en model, der identificerer otte trin, som typisk går forud for drab på en nuværende eller tidligere partner. Monckton-Smith argumenterer for, at partnerdrab i høj grad skal forstås i lyset af kontrolbaseret vold. Hun fremhæver en øget risiko i perioden under og efter et brud, da det er her, udøveren ofte oplever at miste magt og kontrol over partneren. I denne forståelse indgår drabet som det yderste punkt i et længerevarende mønster af kontrol, hvor udøveren systematisk forsøger at begrænse partnerens handlefrihed gennem en kombination af forskellige kontroltaktikker. Voldsmønstret er ofte karakteriseret ved gradvis eskalation og er ofte motiveret af udøverens oplevelse af at miste kontrol over partneren eller relationen (Monckton-Smith, 2019).

I det følgende gennemgår vi henholdsvis Evan Starks, Michael P. Johnsons og Per Isdals begrebsliggørelse af kontrolbaseret vold, henholdsvis *coercive control*, *intim terrorisme* og *relationel vold*. Disse tre begreber præsenteres, fordi de tilbyder centrale rammesætninger og forklaringer

på vold som et mønster af magt og kontrol, hvilket er afgørende for at kunne afgrænse og forstå psykisk vold. Alle tre begreber er samlet her, idet kernen i deres definitioner af denne voldstype er, at psykisk vold må forstås som et vedvarende mønster af handlinger, der samlet er egnet til at få den udsatte til at indordne sig og ændre adfærd. Denne voldstype er dermed også kendetegnet ved konsekvenserne for den udsatte, herunder nedbrydning af selv værd og virkelighedsforfølelse.

Den amerikanske sociolog **Evan Stark** introducerede begrebet *coercive control* (Stark, 2007), som beskriver en strategi eller adfærd, hvor voldsudøveren systematisk begrænser den udsattes handlingsfrihed og selvstændighed, og hvor afsavn og straf bruges til at skabe afhængighed og indordning. Coercive control handler dermed ikke om enkelte handlinger, men om vedvarende, strukturel magtudøvelse og vold, hvor formålet er at dominere og underordne partneren. Coercive control kan både komme til udtryk gennem ikke-fysiske handlinger såsom intimidering, isolation og kontrollerende handlinger, såvel som fysiske overgreb; herunder fysisk vold og seksualiseret tvang. Taktikkerne kan overlappe og behøver ikke alle at være til stede, for at der er tale om kontrolbaseret vold. I en nyere gennemgang af brugen af begrebet coercive control i praksis, beskriver **Evan Stark** og **Marianne Hester**, at konsekvenserne af coercive control er lige så alvorlige for den udsatte, når volden udelukkende består af ikke-fysiske handlinger, som når der også indgår fysisk voldelige handlinger (Stark & Hester, 2019). Dermed fremhæves det, at det er de tvingende, kontrollerende elementer af voldsudøvelsen, der har størst skadevirkning på længere sigt for den udsatte (Stark & Hester, 2019).

Michael P. Johnson forsøgte i 1995 at indfange en lignende forståelse af kontrolbaseret vold gennem begrebet *intim terrorisme*, der ligeledes definerer volden som systematisk og karakteriseret ved en ulige magtbalance, hvor fysisk vold kun udgør én del af et bredere mønster af kontrollerende, voldelig adfærd (Johnson, 1995; 2008). Også i denne definition fremhæves det, at volden er kendetegnet ved at indgå i et vedvarende mønster af magt og kontrol, og derfor ikke kan identificeres ud fra enkeltstående hændelser. Udøveren benytter forskellige taktikker for at opretholde kontrol og dominans, herunder eksempelvis økonomisk vold, maskulin dominans, brug af børn, isolation, intimidering samt trusler og tvang. Disse kontroltaktikker kan finde sted i varierende grad, men Johnson understreger, at når de ledsages af fysisk vold og seksualiseret vold, eller truslen herom, får de en ny og mere voldsom betydning for den udsatte (Johnson, 1995; 2008; Johnson et al., 2014).

Den norske psykolog og psykoterapeut **Per Isdals** begreb *relationel vold* dækker ligeledes over vold, der er kendetegnet ved en asymmetrisk magtbalance (Isdal, 2000). Ifølge Isdal udspringer volden typisk af afmagt hos udøveren, men er stadig kendetegnet ved, at udøver søger at opnå kontrol over den udsatte. Centralt for Isdals definition af relationel vold er den virkning, handlingerne har, nemlig at de skader, smerter, skræmmer eller krænker den anden. Den voldelige adfærd er målrettet og funktionel i den forstand, at den tjener et formål for udøveren: at få den udsatte til at gøre noget mod sin vilje, eller til at ophøre med at gøre noget, vedkommende ønsker (Isdal, 2000). Voldens formål er dermed ikke kun at skade, men at kontrollere eller styre den udsattes adfærd. Isdal fremhæver, at relationel vold kan komme til udtryk gennem direkte og indirekte

trusler, degraderende og ydmygende adfærd, kontrol, udadreagerende jalousi, isolation og emotionel vold.

På tværs af Starks, Johnsons og Isdals begrebsliggørelser fremstår kontrolbaseret vold som et vedvarende mønster af magt og kontrol, hvor psykisk vold er en central og integreret del. En vigtig implikation af denne forståelse er, at volden ikke nødvendigvis er afgrænset til parforholdets varighed. Tværtimod kan det samme kontrolmønster fortsætte efter relationens ophør, hvilket har væsentlig betydning for, hvordan psykisk vold kan identificeres og afgrænses i en post-separationskontekst.

Den norske sociolog **Margunn Bjørnholt** har i forlængelse heraf introduceret begrebet *fortsættelsesvold* (Bjørnholt, 2024) til at indfange vold, der videreføres efter et samlivsophør. Begrebet betegner en form for vold, hvor udøverens kontrol- og magtstrategier ikke ophører med bruddet, men tilpasses nye rammer og fortsætter i andre former. Ligesom ved de ovenstående definitioner, er der ikke tale om enkeltstående hændelser, men om et vedvarende mønster af handlinger, der samlet har til formål at opretholde kontrol over den tidligere partner. Fortsættelsesvold kan blandt andet komme til udtryk gennem vedvarende chikane, trusler, digital overvågning, økonomisk kontrol eller misbrug eller uhensigtsmæssig involvering af fælles børn som led i fortsat magtudøvelse. I mange tilfælde er der tale om en videreførelse af det kontrolmønster, der allerede var etableret under relationen, men hvor midlerne tilpasses den nye situation (Spearman et al., 2024; Bjørnholt, 2024).

Forskning fremhæver desuden, at offentlige systemer, herunder det familieretlige system og kommunale familieafdelinger, i nogle tilfælde kan blive en arena for fort-

sættelsesvold. Gentagne underretninger, vedvarende klager eller beskyldninger kan fungere som en forlængelse af den kontrolbaserede vold. Fortsættelsesvold kan også udøves gennem strategisk brug af bureaukratiske processer, hvor ventetider, administrative procedurer eller kontrol over adgang til oplysninger og dokumenter anvendes til at fastholde den voldsudsatte i en tilstand af fastlåsthed efter et brud (Sølvhøj, 2025).

Internationale studier peger samtidig på, at systemet ikke altid formår at identificere den underliggende magt- og kontrolproblematik, men i stedet forstår sagerne som gensidig højkonflikt, særligt når den psykiske og mere subtile vold ikke genkendes, og når traumereaktioner hos den voldsudsatte mistolkes (Spearman et al., 2024; Bjørnholt, 2024).

Voldelig modstand

I praksis kan der være en tendens til at beskrive vold som gensidig, når begge parter udøver voldelige handlinger, men denne forståelse kan være misvisende i kontekster præget af kontrolbaseret vold. Michael P. Johnson introducerer i forlængelse heraf begrebet voldelig modstand (Johnson, 2008), til at beskrive, hvordan personer der er udsat for kontrolbaseret vold, selv kan reagere med vold. Her er de voldelige handlinger ikke et udtryk for et ønske om magt eller kontrol, men snarere et forsøg på selvforsvar eller overlevelse. Det afgørende kendetegn ved voldelig modstand er, at den person, der udøver volden, ikke selv udøver kontrol, men reagerer på den kontrollerende partner.

I afgrænsningen af kontrolbaseret vold er det dermed relevant at forsøge at afdække, om der er tale om voldelig modstand eller gensidig voldsudøvelse, da der er tale om vidt forskellige dynamikker i relationen,

samt behov for forskellige risikovurderinger. Sondringen er central, fordi kontrolbaseret vold netop ikke kan forstås som gensidig, selv i tilfælde hvor begge parter udøver voldelige handlinger. En manglende skelnen kan medføre, at kontrol- og magtaspektet i volden overses, og at sager fejlagtigt kategoriseres som gensidig højkonflikt frem for som udtryk for en asymmetrisk magt- og voldsrelation.

Kontrolbaseret vold og psykisk vold

Ovenstående gennemgang af forståelsen af kontrolbaseret vold og de indlejrede adfærdselementer viser, at kontrolbaseret vold skal forstås som et vedvarende mønster af handlinger, der skal understøtte et menneskes magt og kontrol over et andet. Adfærden, der udgør de centrale elementer i forståelsen af psykisk vold, såsom et mønster af intimidering, isolation og tvang, indgår alle som centrale elementer i den kontrolbaserede vold. Kontrolbaseret vold og de dynamikker, der følger med, er derfor relevante at forstå, når det handler om at afgrænse psykisk vold.

Situationel vold

Situationel partnervold kan både være en enkeltstående handling eller tilbagevendende handlinger. Situationel vold bliver også beskrevet som konfliktmotiveret partnervold, da den er defineret ved, at volden typisk opstår i forbindelse med konflikter eller følelsesmæssige spændinger i relationen, og ofte er et resultat af utilstrækkelig konflikthåndtering snarere end et forsøg på at dominere partneren over tid (Johnson, 1995, 2008; Isdal, 2000). De voldelige handlinger er dermed ikke nødvendigvis motiveret af et ønske om at opnå vedvarende kontrol over den anden part.

Definitionen af situationel partnervold som voldsform udspringer af studier af

konflikter, der eskalerer til vold, ofte i form af fysisk vold. Kernen er hændelser og konflikt-dynamikker, mens der er mindre fokus på, om handlingerne indgår i et vedvarende mønster med en regulerende effekt på den ene parts handlemuligheder. I praksis kan det være vanskeligt at skelne mellem vold, der udspringer af konflikt og vold, der er forankret i et ønske om kontrol, men sondringen er væsentlig, fordi der er tale om forskellige voldsdynamikker med forskellige implikationer for forståelse, risikovurdering og indsats.

Michael P. Johnson har forsøgt at indramme den *situationelle partnervold* som voldsform. Han beskriver, hvordan *situationel partnervold* ofte vil være præget af, at den fysiske vold optræder episodisk og kan variere i intensitet og grovhed, og at den kan ledsages af psykisk voldsom adfærd, såsom verbal aggression, men at den samtidig adskiller sig fra intim terrorisme ved ikke at indgå i et vedvarende mønster af magt og kontrol. Volden er i stedet tæt knyttet til den konkrete situation og afspejler ikke nødvendigvis parforholdets generelle dynamik. *Situationel partnervold* kan både forekomme som enkeltstående hændelser eller være tilbagevendende, hvor én eller begge parter jævnligt bruger vold i konflikt-situationer (Johnson, 2008).

Idet der ved denne voldstype ikke er tale om et mønster af kontrollerende adfærd, der etablerer og opretholder et asymmetrisk magtforhold mellem parterne, kan der forekomme gensidighed i volden, hvor begge parter skiftevis kan udøve og være udsat for vold. Dette adskiller sig fra kontrolbaseret vold, hvor volden er forankret i en asymmetrisk magt- og kontrolrelation, og hvor vold fra den udsatte part må forstås som voldelig modstand frem for gensidighed. Johnson peger på, at risikoen for tilbagevendende situationel partnervold øges i

parforhold præget af vedvarende konflikter og belastninger, som kan udspringe af forhold som økonomiske vanskeligheder, uenigheder om børneopdragelse og arbejdsfordeling i hjemmet samt alkohol- og stofmisbrug. Herudover fremhæver Johnson betydningen af uhensigtsmæssige kommunikationsmønstre, hvor f.eks. verbal aggression eller mangelfulde kommunikationsfærdigheder kan bidrage til, at konflikter eskalerer og udvikler sig til vold. Johnson understreger, at det ikke er voldens hyppighed, der alene afgør dens alvor. Situationel partnervold, uanset om den forekommer én gang eller gentagne gange, kan være farlig og livstruende. Johnson fremhæver, at situationel partnervold udøves i nogenlunde samme grad af mænd og kvinder (Johnson, 2008).

Per Isdal har ligeledes begrebsliggjort situationel vold som *situationsvold*. Han beskriver, at denne type vold typisk forbindes med aggressionsproblemer, hvor en person reagerer aggressivt i bestemte situationer præget af frustration, usikkerhed eller oplevet tab af kontrol, fx når vedkommende føler sig truet, overhørt eller presset (Isdal, 2000). Volden er dermed ikke nødvendigvis en del af et vedvarende mønster, men knytter sig til konkrete hændelser eller konflikter i relationen. Den kan hænge sammen med vanskeligheder ved følelsesregulering, konflikthåndtering eller kommunikation og opstå i forbindelse med fx jalousi, uenighed om børn, økonomi, misbrug eller belastende livsomstændigheder. Ifølge Isdal kan situationsvold forekomme i relationer med uklare eller skiftende magtforhold og er ikke primært motiveret af et ønske om at kontrollere den anden over tid, men opstår i situationer, hvor spændinger eskalerer. Samtidig understreger han, at volden kan have alvorlige konsekvenser for den udsatte, og at gentagne episoder kan skabe utryghed og påvirke adfærd over tid (Isdal, 2000).

Situationel vold og psykisk vold
Ovenstående gennemgang af den situationelle vold viser, at voldsformen ofte udspringer af afmagt og konflikter, der håndteres utilstrækkeligt, og dermed eskalerer. Voldsformen kan indeholde adfærd og handlinger, der har en ikke-fysisk karakter, som både kan være intimiderende og nedværdigende. Volden kan have voldsomme konsekvenser for den udsatte, men i forhold til dette notats omdrejningspunkt, er det væsentligste opmærksomhedspunkt, at hvis adfærden ikke udgør en del af et mønster, der er egnet til at etablere og opretholde et asymmetrisk magtforhold i relationen og derigennem begrænse handlefriheden for den ene part, så er det ikke psykisk vold.

Afgrænsning af psykisk vold

På tværs af de præsenterede typologier er det væsentligt at understrege, at alle former for vold i nære relationer kan have alvorlige konsekvenser for personen, der udsættes for volden, og skal tages alvorligt. Formålet med gennemgangen er derfor ikke at rangere voldstyper eller afgrænse, hvem der kan have behov for hjælp, men at skabe et mere præcist og nuanceret grundlag for at identificere og forstå psykisk vold.

I dette notat er fokus på psykisk vold som en selvstændig voldsform. Psykisk vold kan indgå i relationer, hvor der også forekommer andre voldsformer. Det gør sig gældende for både situationel vold og kontrolbaseret vold. Det afgørende er imidlertid, om adfærden over tid indgår i et mønster, der virker regulerende og begrænsende for den ene part.

På tværs af forskningen fremhæves det, at psykisk vold ikke kan forstås som enkeltstående handlinger, men som et mønster af adfærd, der er egnet til at styre, begrænse

eller underordne den anden part. Det er i dette mønster og i etableringen af et asymmetrisk magtforhold, at psykisk vold får sin særlige karakter og skadevirkning.

I situationel vold, som kan indeholde mange forskellige voldsformer, kan der ligeledes forekomme ikke-fysiske handlinger, som er intimiderende, nedværdigende eller grænseoverskridende. Disse handlinger kan være alvorlige og have betydelige konsekvenser for de involverede. Det afgørende er imidlertid, at de ikke indgår i et vedvarende mønster af handlinger, der er egnet til systematisk at begrænse eller kontrollere den ene parts handlefrihed og position i relationen. Forskellen mellem de to voldstyper knytter sig dermed ikke til voldens alvor, men til dens funktion og dynamik.

Med afsæt i den præsenterede viden lægges der derfor vægt på, at psykisk vold hænger sammen med en vedvarende asymmetri i relationen. Den ene part har definitionsmagt over relationen eller opnår det gennem sin adfærd. Dermed får vedkommandes handlinger en styrende betydning for den andens adfærd og handlemuligheder. I vurderingen er det et centralt opmærksomhedspunkt, om der sker en sådan indordning eller begrænsning af handlefriheden. I konfliktfyldte relationer, hvor der ikke i samme grad sker en regulering af den ene parts adfærd og råderum, vil der ofte være tale om skiftende positioner eller gensidige dynamikker, som kan være belastende, men som kan kræve andre faglige vurderinger og indsatser.

Samtidig indebærer denne afgrænsning en analytisk skelnen, som i praksis kan være vanskelig at anvende entydigt. Vold i nære relationer er ofte kompleks, og både dynamikker og adfærd kan ændre sig over tid. Der vil derfor kunne opstå gråzoner, hvor

det kræver en konkret og helhedsorienteret vurdering at afgøre, hvordan volden bedst forstås. ■

Hvad betyder teori og praksiserfaringer for de tre definitioner?

De tre definitioner af psykisk vold præsenteret indledningsvist, der lige nu er i spil i en dansk kontekst, er som beskrevet udviklet på forskellige tidspunkter og med forskellige formål, men de overlapper i deres beskrivelse af gentagne handlinger og typer af adfærd, der udgør den psykiske vold.

Lev Uden Volds indledende socialfaglige definition har haft fokus på handlingstyper og mønstre, som kan være relevante at få øje på i mødet med borgere. Den har spillet en vigtig rolle i at synliggøre og begrebsliggøre psykisk vold i en dansk kontekst og har bidraget til at styrke opmærksomheden på voldsformen i praksisfeltet op til den selvstændige kriminalisering af voldsformen. Den har samtidig, med den viden vi har nu om psykisk vold, vist sig at ville favne for bredt, og dermed blive upræcis.

Den strafferetlige definition fastlægger de juridiske kriterier for, hvordan psykisk

vold, som en strafbar adfærd, skal forstås – med fokus på grovhed, varighed og om adfærden er egnet til utilbørligt at styre den anden. Social- og Boligstyrelsens socialfaglige definition kan ses som en tilpasning og forenkling af den oprindelige socialfaglige definition.

At arbejde med flere definitioner med delvist overlappende, men ikke identiske kriterier, gør det vanskeligt at opnå en fælles faglig forståelse og kan føre til variation og usikkerhed i praksis. En udfordring, der som præsenteret også er blevet peget på i samtalerne med forskere i forbindelse med udarbejdelsen af dette materiale, er, at uklare eller brede definitioner kan medføre en sammenblanding af forskellige former for adfærd og relationsdynamikker. Dette kan svække både analytisk præcision, faglige vurderinger og mulighederne for målrettede indsatser.

Med afsæt i ovenstående er det vurderingen, at den oprindelige socialfaglige definition fra Lev Uden Vold ikke længere tjener et formål som selvstændig definition. I stedet tages der fremadrettet afsæt i den eksisterende definition i straffeloven, som kan suppleres med Social- og Boligstyrelsens definition. Social- og Boligstyrelsens definition læner sig op ad den strafferetlige forståelse, blandt andet gennem formuleringen ”egnet til”, men er samtidig mere praksisnær og sprogligt tilgængelig. Den kunne dog være mere præcis, hvis ordet ’styre’ eller ’begrænse’ indgik, som præcisering af, hvad adfærden er egnet til. Den kan imidlertid fungere som en form for socialfaglig oversættelse af voldsformen og kan anvendes på tværs af praksisfelter.

Definitionerne kan ikke stå alene

Med afsæt i viden indhentet fra praksis bør definitionerne dog ikke stå alene i praksis, men må suppleres med en tydelig forståelse af de dynamikker, den adfærd og de handlinger, der kendetegner psykisk vold. Dette udfoldes i det efterfølgende i form af centrale pejlemærker, identificeret på tværs af forskning og praksis, der konkretiserer, hvordan psykisk vold kan identificeres og afgrænses i mødet med mennesker udsat for vold udenfor det strafferetlige system.

Ambitionen for de følgende afsnit og det tilhørende refleksionsmateriale er således at skabe en mere præcis og anvendelig faglig ramme for identifikation og afgrænsning af psykisk vold i praksis, end definitionerne tilbyder, når de står alene. ■

Centrale pejlemærker til identifikation af psykisk vold

Arbejdet med at identificere psykisk vold i nære relationer er, som det fremgår af den indsamlede viden, komplekst i praksis. Psykisk vold udspiller sig ofte gennem subtile og gradvise handlinger, og relationens dynamikker kan være vanskelige at få fuldt indblik i. Samtidig kan grænsen mellem psykisk vold og konfliktfyldte eller usunde relationsmønstre være vanskelig at afgrænse i konkrete sager.

Med dette afsæt introduceres i det følgende en række centrale analytiske pejlemærker, som kan understøtte vurderingen af psykisk vold. Pejlemærkerne tager afsæt i både praksiserfaringer og supplerende forskningsbaseret viden om psykisk vold i nære relationer og belyser forskellige aspekter af relationens dynamikker. Samtidig inddrages nuanceringer og forskellige perspektiver på psykisk vold fra forskningslitteraturen, som kan bidrage til at kvalificere vurderingen i situationer, hvor grænserne mellem psykisk

vold og andre relationsdynamikker kan være vanskelige at skille ad.

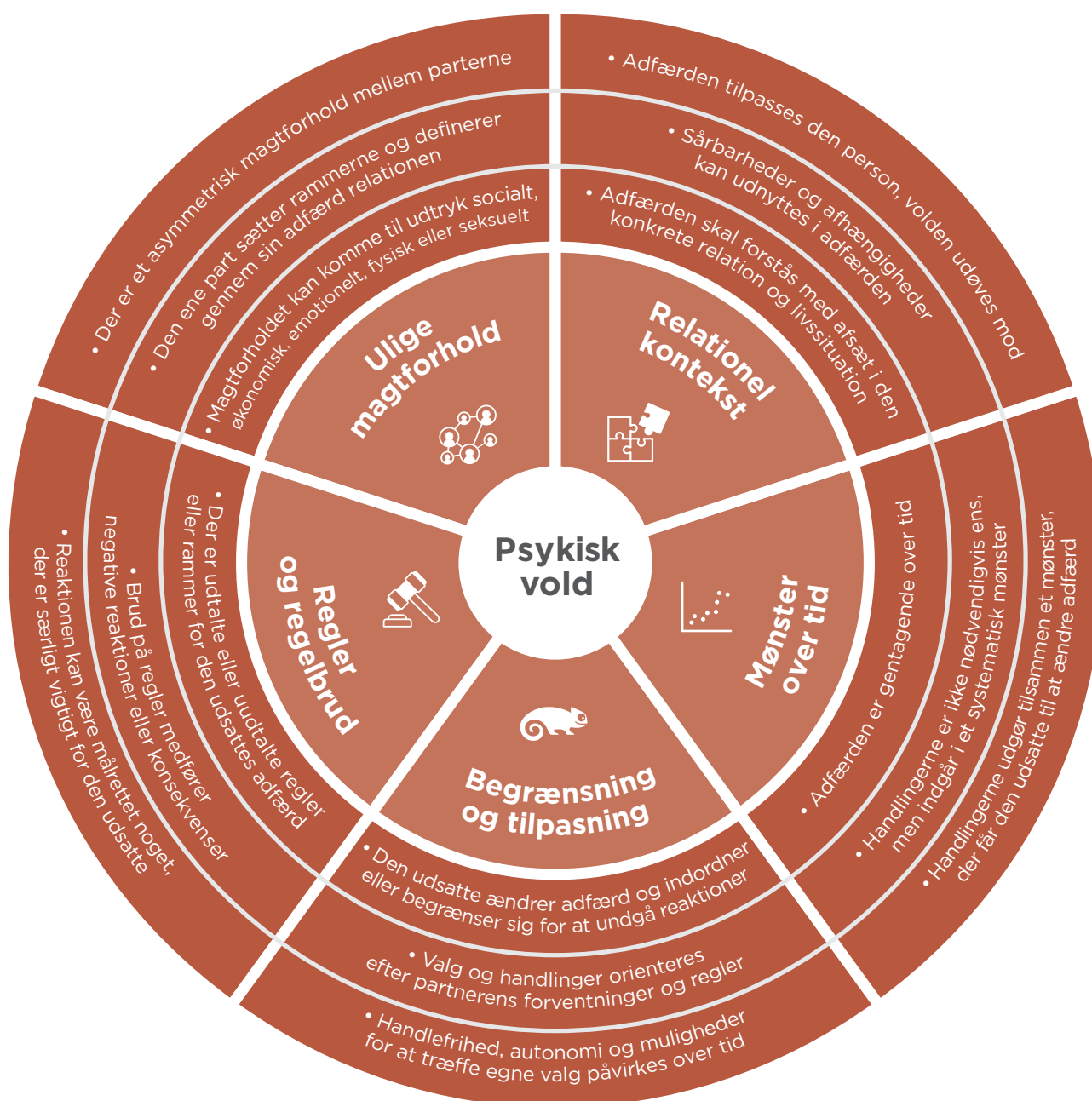
Formålet med kapitlet er dermed at give et analytisk afsæt til at arbejde mere systematisk og reflekteret med vurderingen af psykisk vold i praksis.

Samlet peger både interviews og rundspørgens resultater på, at fagpersoner i praksis ofte orienterer sig mod en række centrale analytiske spørgsmål i vurderingen af psykisk vold. Disse understøttes af forskningen på området og knytter sig blandt andet til, hvorvidt der er tale om et mønster af handlinger eller enkeltstående episoder, hvordan handlingerne skal forstås i deres kontekst, samt relationens dynamikker.

Dette kan indfanges ved følgende fem pejlemærker:

1. Mønster over tid
2. Relationel kontekst
3. Ulige magtforhold
4. Regler og regelbrud
5. Begrænsning og tilpasning

Figuren nedenfor sammenfatter de centrale pejlemærker, som foldes ud og suppleres med eksempler og viden fra forskning i det følgende.



Centrale analytiske pejlemærker til identifikation af psykisk vold i nære relationer, udarbejdet af Lev Uden Vold, 2026.



Pejlemærke 1 – Mønster over tid

1. Adfærden er gentagende over tid
2. Handlingerne er ikke nødvendigvis ens, men indgår i et systematisk mønster
3. Handlingerne udgør tilsammen et mønster, der får den udsatte til at ændre adfærd

Psykisk vold er et vedvarende mønster af handlinger, der samlet er egnet til at få den voldsudsatte til at indordne sig og ændre adfærd på en måde, der begrænser vedkommendes handlefrihed.

På tværs af interviews med fagpersoner og rundspørgen om gråzoner er der bred enighed om, at psykisk vold forstås som et mønster af handlinger eller adfærd, der udspiller sig over tid, frem for enkeltstående episoder. I rundspørgen om gråzoner havde respondenterne mulighed for at uddybe deres svar i et fritekstfelt. Besvarelserne viser, at fagpersoners vurderinger i høj grad baserer sig på en samlet vurdering af relationens dynamikker, herunder om der kan identificeres et mønster i den udøvede adfærd. Et gennemgående tema i respondenternes svar er, om adfærden fremstår systematisk og gentagende over tid. Netop tilstedeværelsen af et sådant mønster, der er egnet til at begrænse den voldsudsattes livsudfoldelse, fremhæves som centralt i sondringen mellem psykisk vold og usunde relationer.

Nyere forskning peger på, at psykisk vold ligeledes kan udspille sig gennem tilsyneladende små handlinger i hverdagen, og derfor ofte kan være vanskelig at identificere. Personen udsat for vold kan derfor være i tvivl om, hvorvidt der overhovedet er tale om vold, særligt når handlingerne over tid gradvist normaliseres i relationen. Forskningen peger samtidig på, at kroppen ofte reagerer, før volden erkendes eller sprogliggøres, eksempelvis gennem uro, søvnproblemer eller en oplevelse af

konstant at være på vagt (Sølvhøj, 2025). De interviewede fagpersoner understreger i den forbindelse, at der ikke nødvendigvis skal være tale om gentagne handlinger af samme type. Med andre ord skal adfærden indgå i et mønster, forstået som en række – potentielt forskellige – handlinger, der samlet set etablerer et regime af kontrol. Flere fremhæver betydningen af den latente trussel, der kan være indlejret i relationen, hvor personen, der er udsat for vold, løbende tilpasser sin adfærd af frygt for konsekvenserne. Nogle fagpersoner peger desuden på, at handlingernes karakter ikke er ligegyldig, idet der skal være tale om et mønster af kontrollerende eller styrende adfærd. Denne forståelse understøttes også af respondenterne i rundspørgen om gråzoner, hvor flere fremhæver betydningen af, om der er disproportionale konsekvenser, såfremt personen udsat for vold ikke retter ind.

Med udgangspunkt i ovenstående forskningsgennemgang og afgrænsning præsenteres nedenfor en række eksempler på adfærd, der afhængigt af kontekst, karakter og omfang kan indgå i og etablere et mønster af kontrol. Eksemplerne bygger på forskning af Stark, Isdal og Johnson samt på Rigsadvokatens vejledning om psykisk vold fra 2022 (Rigsadvokaten, 2022). Det er ikke en forudsætning, at de gentagne handlinger er

af samme type, og nedenstående eksempler skal ikke forstås som en udtømmende liste. Psykisk vold kan i praksis antage mange

forskellige former og må derfor altid vurderes i den konkrete sammenhæng.

Eksempler på adfærd

Nedværdigelse kan komme til udtryk gennem verbale angreb, overdreven kritik, latterliggørelse, ydmygelse, spredning af usande rygter og påstande eller nedværdigende adfærd. Nedværdigelse beskrives ifølge Stark som en strategi, hvor udøveren forsøger at etablere kontrol og magt ved at nedbryde den udsattes selvværd.

Trusler kan både være direkte og indirekte og kan rettes mod den udsatte eller pågældendes børn og nærmeste. Det kan for eksempel være direkte trusler om vold, selvmord, om at tage børnene eller om at forlade den udsatte. Trusler kan også være mere indirekte og komme til udtryk gennem følelsesmæssig tilbage-trækning, tavshed eller fysisk fravær. Derudover kan tidligere voldelige episoder eller aggressioner skabe en vedvarende frygt for, at volden vil gentage sig. Denne frygt fungerer som en konstant, underliggende trussel, der regulerer den udsattes adfærd.

Overvågning anvendes til at regulere og kontrollere den udsatte, både fysisk og digitalt.

Isolation

Isolation begrænser systematisk den udsattes handlemuligheder – socialt, økonomisk eller på andre områder. Det er ofte en gradvis proces, hvor den udsatte tilpasser sig udøverens ønsker for at undgå konflikt eller sanktioner.

Regler og forhindring i selvstændig livsførelse

Regler og forhindring i selvstændig livsførelse indebærer adfærd og handlinger, der fastholder udøverens dominans og begrænser den udsattes mulighed for et frit og selvstændigt liv. Dette kan ske gennem fratagelse og kontrol af ressourcer, som er nødvendige for, at den udsatte kan træffe selvstændige beslutninger, samt gennem mikroregulering af den udsattes dagligdag og adfærd.

Manipulation

Manipulation, hvor udøveren får den udsatte til at betvivle sin virkelighedsopfattelse, intuition og dømmekraft. Det kan ske ved, at udøveren planter falske informationer eller minder hos den udsatte, f.eks. ved at benægte, at noget er blevet sagt eller gjort, eller ved at fordreje situationer, så den udsatte ender med at tvivle på sig selv.

Fysisk og seksualiseret vold

Fysisk og seksualiseret vold kan indgå som en del af den psykiske vold, hvor det ikke de enkelte fysiske eller seksuelle handlinger i sig selv, der udgør psykisk vold, men fordi de indgår i et mønster af adfærd, som skaber og opretholder en latent trussel om, at adfærden kan gentage sig.



Pejlemærke 2 – Relationel kontekst

1. Adfærden tilpasses den person, volden udøves mod
2. Sårbarheder og afhængigheder kan udnyttes i adfærden
3. Adfærden skal forstås med afsæt i den konkrete relation og livssituation

Vurderingen af psykisk vold må tage udgangspunkt i en helhedsforståelse af relationens kontekst, herunder relationelle dynamikker, afhængighedsforhold og sociale rammer.

Forskning peger på, at den samme adfærd kan have forskellig betydning afhængigt af relationens kontekst, parternes positioner og de sårbarheder, der er til stede i relationen. Vurderingen af psykisk vold må derfor være kontekstnær og tage højde for de sociale, relationelle og strukturelle rammer, som relationen indgår i (Donovan & Hester, 2014).

Internationale studier peger desuden på, at udøvere ofte anvender strategier, der retter sig mod de sårbarheder eller afhængighedsforhold, der findes i relationen. Donovan og Hester beskriver dette som en form for "whatever works"-strategi, hvor kontrol og regulering tilpasses den konkrete relation og den voldudsattes situation (Donovan & Hester, 2014). Det kan f.eks. handle om økonomisk afhængighed, opholdsgrundlag, psykisk sårbarhed eller minoritetsstatus. Samtidig peger forskning på, at sårbarheder eller afhængighedsforhold også kan være betinget af bredere strukturelle forhold som social ulighed, arbejdsløshed eller boligforhold, der kan påvirke både udøvers kontrolmuligheder og dermed den voldsudsatte handlemuligheder (Stark & Hester, 2019).

Dette perspektiv genfindes også i interviews med fagpersoner. Flere fremhæver, at vurderingen af psykisk vold ofte kræver en undersøgelse af relationens samlede dynamik, herunder afhængighedsforhold

og sårbarheder hos den udsatte. Fagpersonerne peger blandt andet på, at tidligere erfaringer med vold, psykiske belastninger eller social udsathed kan påvirke, hvordan bestemte handlinger opleves, og hvilken effekt de får i relationen. Fagpersoner med erfaring inden for det æresmotiverede område påpeger desuden, at konteksten kan være præget af kollektive normer og forventninger til adfærd. Her kan kontrol og regulering af den voldudsattes livsførelse være forankret i forestillinger om familiens eller kollektivets ære og omdømme. Det er de samme mekanismer, som gør sig gældende i psykisk vold i andre nære relationer, men volden udspringer af et æresmotiv.

Konteksten kan også formes af sociale normer og forventninger. Studier viser, at stereotype forestillinger og forventninger om køn kan påvirke, hvad der opfattes som acceptabel og berettiget adfærd, og dermed hvordan kontrollerende og voldelige handlinger opleves og forstås (Williamson, Morgan & Hester, 2020).

Forskning om mænd udsat for vold peger blandt andet på, at normer om maskulinitet kan gøre det vanskeligt for mænd at erkende sig selv som voldsudsatte og søge hjælp (Richardson & Kloess, 2022; Sølvhøj, 2025). Flere mænd beskriver derfor deres erfaringer som konflikter, grænse-

overskridende adfærd eller problemer i relationen frem for vold, hvilket kan gøre psykisk vold vanskeligere at identificere både for mændene selv og for fagpersoner (Sølvhøj, 2025). Stereotype forestillinger om, hvem der kan være henholdsvis udsat og udøver af vold, kan samtidig medføre, at mænds fortællinger i mindre grad anerkendes og tages alvorligt. Normer om styrke, kontrol og selvstændighed kan desuden føre til skam, nedtoning af egne erfaringer eller frygt for at fremstå passiv og sårbar. Disse forestillinger kan i nogle tilfælde også udnyttes i voldelige relationer, f.eks. gennem nedgørelse eller angreb på mandens maskulinitet (Richardson & Kloess, 2022; Sølvhøj, 2025).

I Evan Starks arbejde med begrebet *coercive control*, samt Michael Johnsons begreb *intim terrorisme*, beskrives det, hvordan udøvelsen af kontrol hænger sammen med en bredere samfundsmæssig kontekst. De argumenterer for, at kønnede magt-strukturer historisk har givet mænd større mulighed for at omsætte kontrollerende handlinger til vedvarende dominans i parforhold. Ifølge denne forståelse udspringer kontrolbaseret vold ikke alene af individuelle handlinger, men også af sociale og institutionelle rammer, der kan understøtte bestemte magtpositioner mellem kønnene (Stark 2007; Johnson 1995; 2008).

Nyere forskning i LGBTQ+-relationer peger på, at de strukturelle og kontekstuelle forhold, der kan være med til at etablere magtforhold i relationer, er mere komplekse og ikke alene kan forstås gennem køn. Flere studier viser, at forekomsten af vold i nære relationer blandt personer i ikke-heteroseksuelle parforhold er på niveau med – og i nogle undersøgelser højere end – forekomsten blandt heteroseksuelle parforhold (Hester & Donovan, 2009; Etaugh, 2020; Bermea & Eeden-Moorefield,

2023). Samtidig peger forskningen på, at vold i LGBTQ+-relationer ofte overses eller undererkendes, blandt andet fordi forståelser af partnervold fortsat i høj grad er præget af hetero- og cisnormative antagelser om køn, magt og kontrol. I disse relationer kan der også forekomme særlige voldstaktikker, f.eks. trusler om outing, udnyttelse af homofobi eller transfobi eller kontrol gennem adgang til sociale netværk og fællesskaber. Flere af disse studier fremhæver derfor behovet for en bredere og mere intersektionel forståelse af magt, hvor faktorer som økonomi, race, etnicitet, social position, kønsidentitet og adgang til fællesskaber kan udnyttes til at skabe asymmetrier i relationen. Disse perspektiver kan ligeledes bidrage med vigtige nuanceringer af, hvad der kan være med til at etablere magtforhold i heteroseksuelle parforhold.



Pejlemærke 3 – Ulige magtforhold

1. Der er et asymmetrisk magtforhold mellem parterne
2. Den ene part sætter rammerne og definerer gennem sin adfærd relationen
3. Magtforholdet kan komme til udtryk socialt, økonomisk, emotionelt, fysisk eller seksuelt

Psykisk vold udspiller sig ofte i et ulige magtforhold, hvor den ene part gennem sin adfærd får mulighed for at definere rammerne i relationen og påvirke den andens handlemuligheder.

Et centralt element i forståelsen og vurderingen af psykisk vold er tilstedeværelsen af et asymmetrisk magtforhold i relationen. Som det er præsenteret i ovenstående, skal psykisk vold forstås som adfærd, der indgår i et mønster af kontrol, hvorigennem den ene part gradvist opnår definitionsmagt over relationen (Stark, 2007). Det indebærer blandt andet at kunne fastsætte reglerne i relationen, afgøre hvad der er acceptabel adfærd, og sanktionere når disse regler ikke overholdes. Magtforholdet er dermed tæt forbundet med kontrol og er med til at cementere den position, hvor den ene part kan styre eller begrænse den andens handlemuligheder.

Det fremhæves ligeledes af flere fagpersoner, på tværs af interviews og besvarelser i gråzone-rundspørgen, at magtforholdet i relationen indgår som et vigtigt element i deres vurdering af, om der er tale om psykisk vold. Mange respondenter beskriver, at de lægger vægt på graden af asymmetri i relationen, herunder hvem der har definitionsmagten, opstiller reglerne og sanktionerer adfærd. Kontrol, mikroregulering, manipulation og ulige magtforhold fremhæves som væsentlige indikatorer på psykisk vold, særligt når adfærden medfører frygt, afmagt eller overtilpasning hos personen, der er udsat for vold. Samtidig peger fagpersonerne på, at magtforholdet

kan komme til udtryk på mange forskellige måder, herunder gennem social, økonomisk, emotionel, sproglig eller fysisk overlegenhed. I praksis bliver sådanne asymmetrier ofte tydelige gennem konsekvenserne for personen, der er udsat for vold, f.eks. i form af frygt, afmagt eller en gradvis overtilpasning til partnerens forventninger og krav.

Enkelte fagpersoner fremhæver, at spørgsmålet om magtforhold kan være vanskeligt at afdække i praksis, særligt i relationer hvor begge parter udviser voldelig adfærd. I sådanne tilfælde kan det være udfordrende at vurdere, om relationen er præget af et tydeligt asymmetrisk magtforhold, eller om der snarere er tale om en relation med gensidige handlinger, der udspringer af konflikt. Flere aktører understreger derfor betydningen af at se på relationens dynamikker over tid, herunder hvem der reelt har mulighed for at definere rammerne i relationen og påvirke den andens adfærd. Betydningen af asymmetriske magtforhold fremhæves også i forskningen om psykisk vold. Det beskrives, at jo større asymmetri, der findes mellem parterne, jo mere alvorlig vil kontrollen og den psykiske vold oftest også være (Stark & Hester, 2019).



Pejlemærke 4 – Regler og regelbrud

1. Der er udtalte eller udtalte regler eller rammer for den udsattes adfærd
 2. Brud på regler medfører negative reaktioner eller konsekvenser
 3. Reaktionen kan være målrettet noget, der er særligt vigtigt for den udsatte
- Konsekvenser af brud på regler og rammer fungerer som en mekanisme til at regulere eller kontrollere den voldsudsattes adfærd og begrænse vedkommendes handlefrihed.

Flere fagpersoner fokuserer på, at der skal være en indgribende sanktion eller konsekvens, hvis personen udsat for vold overtræder en udtalt eller ikke-udtalt regel, som er fastsat af voldsudøveren. I vurderingen af psykisk vold er det derfor relevant at undersøge, hvilke regler eller forventninger, der gælder i relationen, og hvilke sanktioner der følger, hvis disse ikke overholdes. Dette fungerer som en refenceramme til at skelne mellem usunde og højkonfliktfyldte relationer – og psykisk vold. Det er dermed tilstedeværelsen af konsekvenser eller sanktioner, der reelt begrænser adfærden hos personen, der er udsat for vold, der tillægges afgørende betydning i vurderingen af, om der er tale om psykisk vold (Stark, 2007). Sanktionerne kan være både direkte og indirekte og kan variere i form og intensitet. Det afgørende er, at de er egnet til at påvirke eller begrænse handlefriheden hos personen, der er udsat for vold.

På tværs af både interviews og de to rundspørger, er der flere fagpersoner, der fremhæver, at de i vurderingen af psykisk vold forsøger at afdække, hvorvidt der eksisterer både udtalte og udtalte adfærdsregler for den person, der er udsat for vold. Disse regler kan handle om alt fra sociale relationer og kommunikation, til økonomi, dagligdag eller personlige valg. Det vigtige er her at forsøge at afdække, hvilken sanktion

der vil følge, hvis reglerne udfordres eller overskrides. Fagpersonerne peger på, at sanktionerne kan have mange forskellige former. De kan både være direkte og bestå i f.eks. trusler, vrede, aggression eller ydmygelser. Sanktioner kan også være mere indirekte og bestå i følelsesmæssig tilbagetrækning eller fysisk fravær som en måde at straffe personen udsat for vold på.

Flere fagpersoner understreger samtidig, at det ikke nødvendigvis er vilkårlige sanktioner, der er afgørende, men snarere sanktioner, der rammer noget, som er væsentligt eller betydningsfuldt for den udsatte. Når sanktioner retter sig mod forhold, der har stor personlig eller social betydning, f.eks. relationer til familie og venner, økonomisk tryghed eller følelsesmæssig anerkendelse, kan de fungere som et effektivt middel til at presse den voldsudsatte til at tilpasse sin adfærd og handle imod egne ønsker, værdier eller grænser.

Inden for det æresmotiverede område fremhæver flere fagpersoner desuden, at sanktioner og konsekvenser spiller en særlig rolle, og det fremhæves at vold, trusler eller andre sanktionerende handlinger kan anvendes til at regulere adfærd og sikre overholdelse af normer knyttet til familiens eller kollektivets ære. Forskning peger på, at sanktioner kan iværksættes som reaktion

på adfærd, som familien opfatter som æreskrænkende, med henblik på at få den udsatte til at indordne sig og dermed genoprette et æresbrud. Sanktioner kan også fungere som en strategi til at forebygge, at fremtidige æresbrud finder sted (Korteweg, 2012; Dannskiold-Samsøe et al., 2019; Styrelsen for International Rekruttering og Integration, 2019).

I forskningen om psykisk vold fremhæves det, at kontrollerende adfærd også handler om en bredere regulering af den voldsudsattes liv. Kontrollerende adfærd kan blandt andet bestå i at isolere personen fra sociale relationer, begrænse adgangen til ressourcer eller regulere hverdagslivets aktiviteter. Sanktioner fungerer i denne sammenhæng som et middel til at håndhæve disse begrænsninger og sikre, at personen, der er udsat for vold, tilpasser sig relationens regler (Stark & Hester, 2019). Netop tilstedeværelsen af sanktioner fremhæves dermed også i forskningen som en vigtig forskel mellem konfliktfyldte eller usunde relationer og psykisk vold. Hvor konflikter i relationer ofte kan indebære kritik, vrede eller skænderier, vil psykisk vold typisk være kendetegnet ved, at bestemte handlinger eller valg udløser sanktioner, der systematisk begrænser den voldsudsattes handlemuligheder (Stark, 2007).

Nyere forskning peger samtidig på, at sanktioner og konsekvenser kan opleves forskelligt afhængigt af relationens dynamik og de involverede personers sociale positioner. Studier af mænds erfaringer med partnervold viser f.eks., at de tilpasser deres adfærd og indordner sig partnerens ønsker, ikke fordi de oplever direkte frygt for fysisk skade, men grundet en frygt for konsekvenser fra partneren. Den voldsudsattes tilpasning sker dermed for at undgå konflikter eller konsekvenser, frem for ud fra en oplevelse af akut fysisk fare

(Williamson, Morgan & Hester, 2020).

I forlængelse heraf peger andre studier på, at mænd udsat for vold i mindre grad end kvinder beskriver deres situation i termer af frygt for fysisk skade, hvilket ellers ofte fremhæves som et kendetegn ved kontrol-baseret vold (Hester et al., 2017). Disse forskelle kan blandt andet hænge sammen med kønnede forventninger til maskulinitet og med, hvordan vold og kontrol forstås og fortolkes i forskellige relationelle og sociale kontekster.



Pejlemærke 5 – Begrænsning og tilpasning

1. Den udsatte ændrer adfærd og indordner eller begrænser sig for at undgå reaktioner
2. Valg og handlinger orienteres efter partnerens forventninger og regler
3. Handlefrihed, autonomi og muligheder for at træffe egne valg påvirkes over tid

Psykisk vold indebærer en form for regulering eller kontrol af den andens liv og handlemuligheder, hvor gentagne handlinger, forventninger eller sanktioner gradvist påvirker den voldsudsattes adfærd, beslutninger og selvforståelse.

Forskning i psykisk vold peger på, at voldens virkning ofte bliver synlig gennem de ændringer, der sker hos den person, der udsættes for den. Evan Stark beskriver blandt andet, hvordan vold i nære relationer kan fungere ved at indskrænke den voldsudsattes autonomi gennem hverdagslige reguleringer af livsførelse, relationer og beslutninger (Stark, 2007).

Konsekvenserne af psykisk vold kan derfor ofte ses i den måde, personen udsat for vold begynder at tilpasse sig relationen på. Forskning viser, at personer udsat for vold over tid kan ændre deres adfærd for at undgå konflikter eller negative reaktioner fra partneren. Det kan komme til udtryk ved at vedkommende undlader bestemte handlinger, begrænser kontakt til venner eller familie eller tilpasser sine ytringer og beslutninger. I nogle tilfælde bliver tilpasningen mere subtil, og personen orienterer i stigende grad sine valg efter partnerens forventninger eller forsøger at forudse og forebygge konflikter (Sølvhøj, 2025).

Fagpersoner beskriver lignende mønstre i arbejde med personer udsat for vold. Flere fortæller, at psykisk vold ofte bliver tydelig gennem ændringer i den voldsudsattes adfærd i hverdagen. Personen kan begynde at tilpasse sig partnerens reaktioner, undgå bestemte situationer eller forsøge at gøre

ting på en måde, der ikke udløser kritik eller vrede. I Gråzonerundersøgelsen peger flere fagpersoner på, at de blandt andet ser efter, om den voldsudsatte ændrer sine handlinger eller overtilpasser sig for at undgå konflikter.

Forskningen peger samtidig på, at psykisk vold kan skabe usikkerhed hos personen, der er udsat for vold, i forhold til egne vurderinger og oplevelser. Gentagen kritik eller etablering af tvivl om egne oplevelser kan føre til usikkerhed om egne grænser og en gradvis tilpasning til relationens forventninger (Stark, 2007). Den voldsudsatte kan begynde at nedtone egne behov eller tage ansvar for konflikter i relationen. Fagpersoner beskriver tilsvarende, hvordan nogle voldsudsatte med tiden begynder at forklare konflikter med egne handlinger eller ændre deres adfærd for at undgå nye problemer.

Tilpasningen kan også påvirke den voldsudsattes livssituation mere bredt. Den kan komme til udtryk som social isolation, reduceret handlefrihed eller begrænsede muligheder for at træffe beslutninger i hverdagen. I praksis peger fagpersoner blandt andet på tegn som frygt, afmagt eller konstant opmærksomhed på partnerens reaktioner. Nogle beskriver også mikroregulering i hverdagen, hvor personen udsat for vold løbende justerer sin adfærd for at undgå negative reaktioner. ■

Fra teori til praksis – et refleksions- materiale til fagpersoner

En ting er teori – en anden er praksis. Faglig tvivl er et grundvilkår i arbejdet med psykisk vold. Tvivlen kan være en vigtig drivkraft for at undersøge situationen nærmere og kvalificere vurderingen.

Og som den indhentede viden fra rundspørger og interviews med fagpersoner viser, så kan psykisk vold i praksis være svært at identificere – særligt i forbindelse med tidlig opsporing, hvor tegnene ofte er subtile og kan være svære at skelne fra højkonflikter konflikter.

De præsenterede pejlemærker er et forsøg på at gøre dette lidt mere tilgængeligt. Med afsæt i vidensnotatet er der derfor udarbejdet et praksisrettet refleksionsmateriale, målrettet fagpersoner, der møder borgere, hvor det kan være vanskeligt at vurdere, om der er tale om psykisk vold i en relation. Materialet henvender sig både til fagpersoner uden specialiseret

viden om vold og til fagpersoner i det voldsfaglige felt og kan bruges som afsæt for faglig refleksion og dialog både for nye og erfarne medarbejdere. Refleksionsmaterialet giver et indblik i den forskning, vi står på – og den viden, der er indsamlet i forbindelse med udarbejdelsen af vidensnotatet, ligesom der præsenteres cases og en række refleksionsspørgsmål til inspiration.

Materialet skal ses som en støtte til at undersøge og vurdere en situation, hvor man som fagperson kan være i tvivl om, om der er psykisk vold i en relation. Det er ikke udtømmende og kan ikke stå alene, men er tænkt som inspiration, der kan guide den faglige opmærksomhed og kvalificere praksis.

Samtidig er det væsentligt at være opmærksom på, at vold i nære relationer kan komme til udtryk ved brug af flere forskellige former for vold samtidig, hvorfor man ved en mere

generel faglig nysgerrighed på, hvordan man opsporer og italesætter vold i nære relationer som fagperson, samt voldens dynamikker, kan anbefales at dykke ned i Lev Uden Volds håndbog til kommunale fagpersoner 'Hvordan opsporer og håndterer jeg sager om partnervold' fra 2025. ■

Litteratur

- Bermea, A. M., van Eeden-Moorefield, B. (2024). Conceptualizing Johnson's Typology of Intimate Partner Violence in Queer Relationships. *Journal of Family Violence*, 39:105-117
- Bjørnholt, M. (2024). Fortsettelsesvold etter samlivsbrudd: konsekvenser for mødres helse og livskvalitet. *Tidsskrift for velferdsforskning*, 27(1):1-15
- Conroy, N. E., Crowley, C. G., DeSanto, D. L. (2022). Assessing the State Empirical Research in Johnson's Typology of Violence: A Systematic Review. *Journal of Family Violence*
- Cares, A., Kallouq, B. A., Mukazhanna-Powell, K. (2023). The Reach of Johnson's Typology of Intimate Partner Violence: a Scoping Review of Empirical Research, 1996–2020
- Danneskiold-Samsøe, S., Mørck, Y., Sørensen, B. W. (2019). *Æresrelateret social kontrol: teori og praksis i socialt arbejde*. Kbh.: Akademisk Forlag.
- Donovan, C. & Hester, M. (2014). *Domestic violence and sexuality: What's love got to do with it?* Policy Press
- Etaugh, C. (2020). Prevalence of Intimate Partner Violence in LGBTQ Individuals: An Intersectional Approach. I Russell, B. (red.) *Intimate Partner Violence and the LGBT+ Community*. Springer International Publishing.
- Hamby, S. (2017). *On Defining Violence, and Why It Matters*. *Psychology of Violence*
- Hester, M., & Donovan, C. (2009). Researching Domestic Violence in Same-Sex Relationships – A Feminist Epistemological Approach to Survey Development. *Journal of Lesbian Studies*, 13(2):161-173.
- Hester, M., Jones, C., Williamson, E., Fahmy, E., & Feder, G. (2017). Is it coercive controlling violence? A cross-sectional domestic violence and abuse survey of men attending general practice in England. *Psychology of Violence*, 7(3):417-427.
- Isdal, P. (2000). *Meningen med volden*. Kommuneforlaget AS
- Johnson, M. P. (1995). Patriarchal Terrorism and Common Couple Violence: Two Forms of Violence against Women. *National Council on Family Relations*
- Johnson, M. P. (2008). *A Typology of Domestic Violence: Intimate Terrorism, Violent Resistance, and Situational Couple Violence*. Northeastern University Press
- Johnson, M. P., Leone, J. M. & Xu, Y (2014). Intimate terrorism and situational couple violence in general surveys: Ex-spouses required. *Violence against Women*
- Johnson, M. P. (2017). A Personal Social History of a Typology of Intimate Partner Violence. *Journal of Family Theory & Review* 9(2):150-164
- Justitsministeriets Forskningskontor. (2025). *Befolkningens oplevede udsathed for vold og andre former for kriminalitet og overgreb i samfundet. Offerundersøgelserne 2005-2024*

- Kelly, J. B. & Johnson, M. P. (2008). Differentiation among types of intimate partner violence: Research update and implications for interventions. *Family Court Review*
- Korteweg, A. (2012). Understanding Honour Killing and Honour-Related Violence in the Immigration Context: Implications for the Legal Profession and Beyond. *Canadian Criminal Law Review* 16(2):135-60
- Lev Uden Vold (2018). Socialfaglig definition af psykisk vold i nære relationer. Lev Uden Vold
- Lev Uden Vold (2025). Hvordan opsporer og håndterer jeg sager om partnervold – En håndbog til kommunale sagsbehandlere. Lev Uden Vold
- LFF 2019-01-09 nr 139. (2019). Forslag til lov om ændring af straffeloven og forskellige andre love (Selvstændig bestemmelse om psykisk vold). Justitsministeriet
- Meier, J. S. (2015). Johnson's differentiation theory: is it really empirically supported?. *Journal of Child Custody*, 12(1):4-24
- Monckton-Smith, J. (2019). Intimate Partner Femicide: using a Foucauldian analysis to track an eight relationship progression to homicide. *Violence Against Women*, 26 (11)
- Oldrup, H., Andersen, S., Kjær, S., Nielsen, N., H. & Birk von Rosen, C. (2018). Psykiske, fysiske og sociale konsekvenser af psykisk vold i parforhold. Lev Uden Vold
- Oldrup, H. & Kjær, S. (2018). Kortlægning af definitioner og begreber om psykisk vold. Lev Uden Vold
- Richardson, H. & Kloess, J. A. (2022). "It was different because I was a man": A qualitative evidence synthesis exploring the lived experiences of adult male survivors of female-perpetrated intimate partner abuse. *Aggression and violent behavior* 67:101796
- Rigsadvokaten. (2022). Rigsadvokatmeddelelsen, afsnittet om psykisk vold nr. 9410.
- Social- og Boligstyrelsen. (2023) Psykisk vold. Tilgængelig fra: www.social.dk/voksne/vold-i-naere-relationer/viden-og-temaer/psykisk-vold (besøgt 08.04.2026).
- Spearman, K. J., Vaughan-Eden, V., Hardesty, J. L., & Campbell, J. (2024). Post-separation abuse: A literature review connecting tactics to harm. *Journal of Family Trauma, Child Custody & Child Development*, 21(2):145-164.
- Styrelsen for International Rekruttering og Integration. (2019). Videnskortlægning om æresrelaterede konflikter.
- Stark, E. (2007). *Coercive control: How men entrap women in personal life*. Oxford University Press
- Stark, E., & Hester, M. (2019). *Coercive Control: Update and Review*. *Violence Against Women*, 25(1):81-104
- Sølvhøj, I. N. (2025). Subtleties of violence: An ethnographic exploration of psychological violence in Denmark. Ph.D. afhandling. Syddansk Universitet. Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet.
- Williamson, E., Morgan, K., & Hester, M. (2020). "Male victims: Control, coercion and fear?" i *The Routledge handbook of gender and violence*, red. N. Lombard, s. 53-66. London: Routledge.

Lev
~~uden~~
~~vold~~



Vil du vide mere?

Læs mere om Lev Uden Vold på
www.levudenvold.dk

eller kontakt os på:

kontakt@levudenvold.dk

Tlf. 3151 4441

CVR: 38677519

Lev
~~uden~~
~~vold~~
