



Dansk Stalking Center

2026 • Det ved vi om

STALKINGUDSATTE

Dansk Stalking Center

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

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

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

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

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

Publiceret oktober 2026.

Kan citeres ved angivelse af kilde.

Introduktion	4
Stalkingudsatte	7
Stalkingens karakter	9
Myndigheder og andre aktører	11
Andre voldsformer	14
Konsekvenser	15
Udbytte og evaluering	21
Børn og unge	24
Forebyggelse og samarbejde	25
Anbefalinger	27
Litteraturliste	29

“

Vores erfaring er, at mange af de udsatte, vi møder i Dansk Stalking Center, har svære følger af stalkingen. Konkret lever mange op til kriterierne for angst, depression, PTSD og psykosomatiske sygdomme. Mange oplever desuden at have et negativt selvbillede, skyld og skam samt forstyrrelser i sociale relationer og i evnen til at regulere egne følelser.

”

-Psykolog hos Dansk Stalking Center

Indledning

Rapporten giver et indblik i, hvem de stalking-udsatte er, hvilken type stalking de oplever, håndteringen af stalkingen samt hvilke konsekvenser stalking har for de udsattes psykiske, fysiske, sociale og generelle livsvilkår. Derudover belyses virkningen af Dansk Stalking Centers rådgivnings- og behandlingsindsatser.

Mange af de udsatte, der henvender sig til Dansk Stalking Center, oplever alvorlige psykiske reaktioner såsom angst, depression, PTSD symptomer og social isolation. Dertil påvirker stalking, som ved andre former for vold, også relationer, beskæftigelse, økonomi og fysisk sundhed.

Siden 2015 har Dansk Stalking Center tilbudt hjælp og støtte til stalkingudsatte, deres pårørende herunder børn samt fagpersoner. Formålet er at skabe fysisk og digital tryghed, støtte til dokumentation og kontakt til myndigheder samt give de udsatte redskaber til at genvinde kontrol og livskvalitet.

Denne rapport bygger på både kvantitative og kvalitative data indsamlet gennem Dansk Stalking Centers arbejde samt på dansk og international forskning inden for stalking, vold og traumer.

Definition af stalking

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

Centerets udsattetilbud

Dansk Stalking Center tilbyder gratis og anonym telefonrådgivning til stalkingudsatte og deres pårørende. Rådgivningen bemandes af frivillige, der tilbyder afklaring af stalkingproblematikker, vejledning om politianmeldelse, dokumentation og sikkerhed samt psykosociale samtaler.

Fra telefonrådgivningen kan brugere henvises til Dansk Stalking Centers specialiserede interventionsforløb, hvor alle tilbydes socialfaglig rådgivning (100 %). Efter behov kan der desuden tilbydes juridisk rådgivning (40 %), IT-rådgivning (20 %) samt psykologforløb (40 %), enten individuelle (73 %) og/eller gruppebaserede (14 %).

Indsatsen bygger på en helhedsorienteret tilgang, hvor formålet er at understøtte handlekraft og sikkerhed, for at støtte den enkelte i at genopbygge et trygt og meningsfuldt liv.

Datagrundlag og metode

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

I perioden januar 2018 til august 2025 har 3.200 stalkingudsatte og pårørende været i forløb i Dansk Stalking Center. I samme periode er der udsendt 2.200 spørgeskemaer. Heraf har 65 % gennemført spørgeskemaet fuldt ud (N=1.415), 5 % har delvist besvaret (N=108), mens 30 % ikke har besvaret (677).

Spørgeskemaerne indeholder spørgsmål om demografiske oplysninger, håndtering af stalkingforløbet, trivsel, psykologiske målinger samt evaluering af rådgivnings- og psykologforløb. Citater fra spørgeskemaet indgår som kvalitative data i rapporten.

Der har i perioden været ændringer i spørgeskemaernes opbygning og i fordelingen mellem opstarts- og afslutningsskemaer. Derfor kan antallet af respondenter variere på tværs af analyserne. Antallet af respondenter fremgår løbende ved de enkelte figurer og tabeller (N=).

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

“

På tre dage har han ringet over 150 gange samt kontaktet mine forældre og søskende, ligesom jeg modtager sms'er og ubehagelige telefonsvarerbeskeder.

”

*-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center*

2. Stalkingudsatte

Hvem er de stalkingudsatte?

Dette kapitel beskriver de udsatte i Dansk Stalking Center, herunder deres demografiske karakteristika såsom køn, alder, beskæftigelse, børn og deres relation til stalkingudøveren samt den kontekst, stalkingen har fundet sted i

Demografiske karakteristika

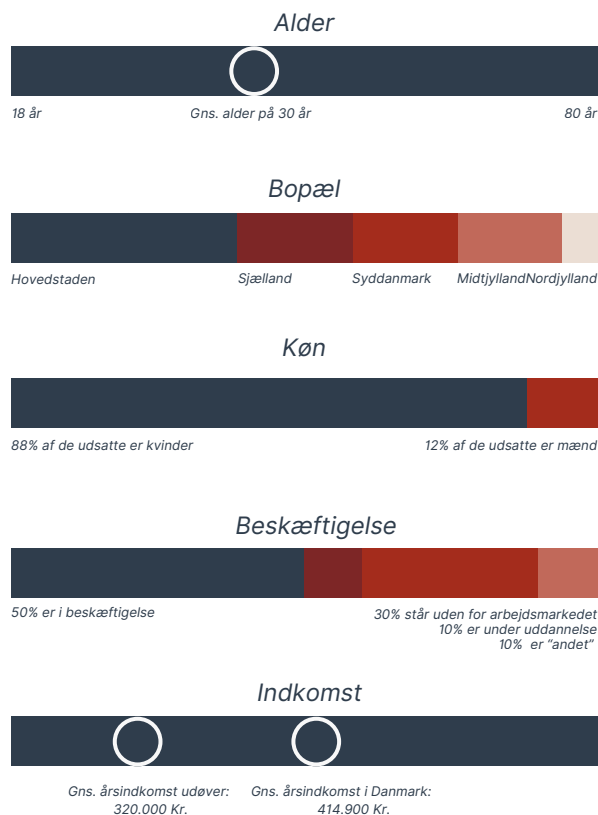
De stalkingudsatte, der får hjælp i Dansk Stalking Center, er mellem 18 og 80 år med en gennemsnitsalder på omkring 30 år.

De er bosat rundt om i hele landet, men der er en overrepræsentation af personer bosat i Region Hovedstaden og en underrepræsentation fra Region Nordjylland.

88 %, af de stalkingudsatte er kvinder, mens 12 % er mænd. 65 % har børn og lidt over halvdelen af disse har børn med udøveren.

Omkring halvdelen er i fuldtids- eller deltidsarbejde, mens 10 % er under uddannelse. 30 % står uden for arbejdsmarkedet, herunder som jobsøgende, sygemeldte, på orlov, pension eller førtidspension. De resterende 10 % har angivet "andet" som beskæftigelse.

Den gennemsnitlige årsindkomst er omkring 320.000 kr., hvilket ligger under den gennemsnitlige personlige indkomst i Danmark¹.



N= 1238

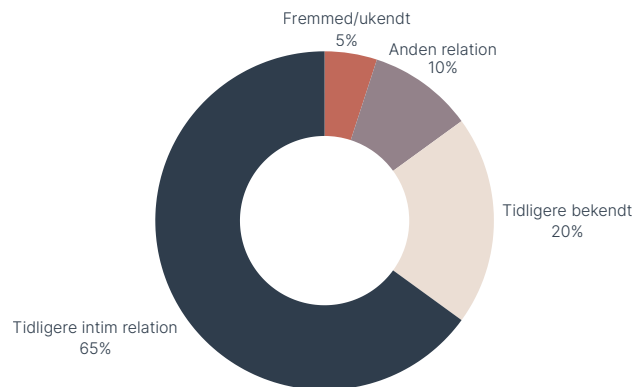
Stalkinghistorik og relation til udøver

Ved opstart i Dansk Stalking Center oplever 55 %, at stalkingen stadig er aktiv, mens 40 % er i tvivl om, hvordan de skal beskrive deres nuværende situation. Kun 5 % oplever, at stalkingen er helt ophørt. Centerets erfaring er, at mange stalking-udsatte oplever uvished om, hvorvidt stalkingen reelt er stoppet, hvilket skaber utryghed og konstant vagtsomhed i hverdagen.

Ser man på, hvornår stalkingforløbene begyndte, angiver 70 %, at det er sket inden for de seneste tre måneder, 10 % inden for det seneste år og 20 % for mere end et år siden. Det tyder på, at mange hurtigt søger hjælp enten på eget initiativ eller efter henvisning fra fagpersoner.

Omtrent en tredjedel henvises til Dansk Stalking Center af politiet, en tredjedel af andre fagpersoner fra f.eks. kommune, psykolog eller krisecenter, mens den sidste tredjedel selv finder vej gennem netværk, internetsøgning eller sociale medier.

Cirka 65 % udsættes for stalking fra en tidligere intim relation f.eks. en ekspartner, eksdate eller tidligere seksuel relation. 20 % udsættes af en tidligere bekendt, såsom en ven, kollega eller nabo, mens 10 % oplever stalking fra andre relationer og 5 % fra en fremmed eller ukendt person.



N= 1219

3. Stalkingens karakter

Stalkingadfærd

Begrebet stalking dækker over uønskede og ensidige kontaktforsøg og handlinger, der gentages over tid. Disse kontaktforsøg og handlinger ser forskellige ud og afviger i antal og hyppighed. Som respons udvikler de stalkingudsatte forskellige former for afværgeteknikker og sikkerhedsadfærd for at beskytte sig selv og deres familie mod stalking.

Dette afsnit belyser stalkingens karakter og de udsattes strategier for at håndtere og begrænse kontaktforsøgene.

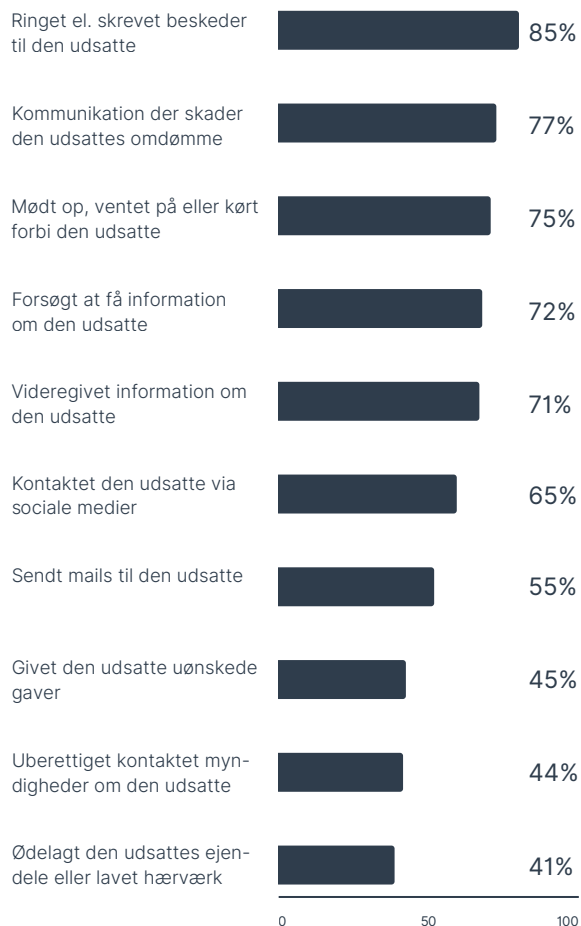
Kontaktforsøg og handlinger

De stalkingudsatte angiver en bred vifte af kontaktforsøg og handlinger, der tilsammen tegner et billede af stalking som en kompleks og vedvarende voldsform.

Stalkingen spænder fra opkald, mails og beskeder til fysisk og digital overvågning, misbrug af myndighedssystemer, forsøg på at skade den udsattes omdømme og uønskede gaver mm.

Det er hermed vigtigt at forstå, at stalking som oftest ikke består af én type kontaktforsøg, men er et mønster af forskellige og vedvarende kontaktforsøg, der tilsammen udgør stalking. Det udspiller sig ofte både digitalt, fysisk samt socialt og foregår ofte på flere platforme samtidigt.

Figur 1: 10 mest hyppige stalkinghandling



N= 1204

Afværge- og sikkerhedsstrategier

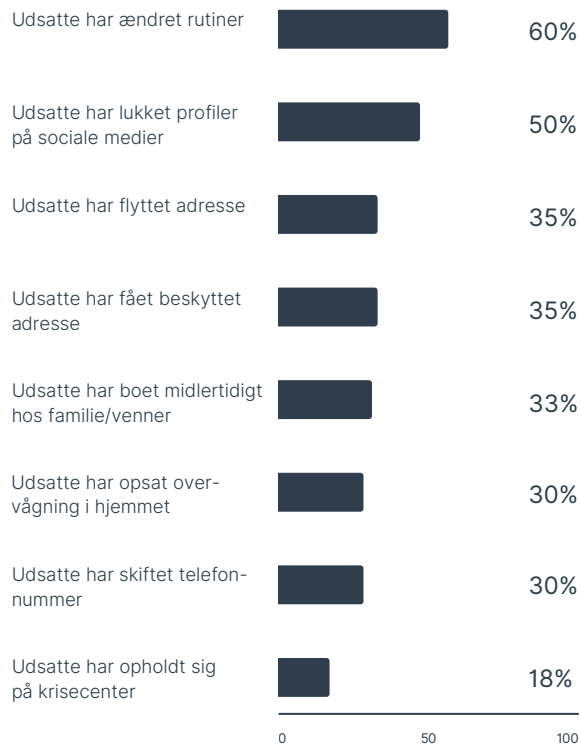
En stor del forsøger aktivt at beskytte sig mod stalking gennem ændringer i hverdag og generel adfærd.

60 % ændrer deres daglige rutiner, for eksempel ved at køre en anden vej til arbejde eller handle nye steder, for at mindske risikoen for fysisk overvågning og skabe en større følelse af tryghed. 30 % opsætter videoovervågning i hjemmet for at dokumentere stalking og styrke følelsen af sikkerhed i eget hjem. Samtidig flytter over hver tredje fra deres bopæl, får beskyttet adresse eller bor midlertidigt hos familie og venner. Lidt under hver femte har også opholdt sig på krisecenter som led i at genvinde sikkerhed.

Derudover har 50 % lukket deres profiler på sociale medier for at begrænse kontaktforsøg, mens 30 % har skiftet telefonnummer for at undgå gentagne opkald og beskeder.

Disse resultater viser, at stalking i høj grad griber ind i de stalkingudsattes hverdag og oplevelse af tryghed. Særligt hjemmet, som normalt er et sikkert sted, bliver for mange forbundet med utryghed og konstant oplevelse af overvågning. Stalking skal derfor forstås som en voldsform, der både udspiller sig i det fysiske og digitale rum både udenfor og indenfor hjemmets rammer.

Figur 2: Afværge- og sikkerhedsstrategier



N= 1204

4. Myndigheder og andre aktører

De udsattes kontakt til myndigheder og andre aktører

Ud over at benytte forskellige afværgestrategier og sikkerhedstiltag søger mange stalkingudsatte også hjælp hos hjælpeaktører som egen læge, kommune og politiet. Det kan være svært at identificere stalking dels på grund manglede viden om stalking og fordi de stalkingudsatte ofte beskriver deres

situation gennem andre problematikker f.eks. stress, angst eller søvnproblemer. Det er derfor vigtigt, at fagpersoner rundt om den stalkingudsatte har den nødvendige viden til at identificere og reagere på stalkingen.

Næsten halvdelen har haft hyppigere kontakt med deres egen læge efter stalkingforløbets begyndelse. De mest udbredte kontaktårsager er psykiske symptomer på f.eks. angst, depression, stress og søvnbesvær, men også fysiske gener som hovedpine, mavepine og muskelspændinger.

Omkring hver femte har desuden henvendt sig for at få receptpligtig medicin mod f.eks. angst eller søvnløshed. Her oplever omkring 40 %, at deres læge kun i mindre grad eller slet ikke havde viden om stalking. Dertil oplevede 20 %, at lægen i høj grad forstod deres situation. Dette viser et behov for øget opmærksomhed på stalking, og anden vild blandt praktiserende læger, herunder kendskab til de somatiske og psykiske følgevirkninger.

Egen læge



Kommune



Omkring 40 % har været i kontakt med kommunen i forbindelse med deres stalkingforløb. Det er især stalkingudsatte med børn, der har søgt støtte gennem familie- og børneområdet.

Lidt over halvdelen oplever, at kommunen i mindre grad eller slet ikke havde viden om stalking, mens kun 10 % vurderer, at kommunen i høj eller meget høj grad havde den nødvendige viden.

Politi



Ifølge et studie udført af Dansk Stalking Center og Syddansk Universitet² har 56 % af stalkingudsatte i perioden 2015-2023 haft kontakt med politiet førend de henvendte sig til Dansk Stalking Center. Af dem, der ikke har været i kontakt med politiet, angiver 35 % årsagen til at være frygt for eskalering, 34 % fordi de ikke tror, at politiet vil kunne hjælpe og 31 %, at de ikke har overskud til at anmelde stalkingen.

De stalkingudsatte beskriver anmeldelsesprocessen som både følelsesmæssigt og praktisk krævende, da den indebærer systematisk indsamling af dokumentation og gentagne afhøringer hos politiet. For de udsatte, der allerede befinder sig i psykisk belastning fra stalking, kan disse processer opleves som en yderligere stressfaktor.

I Dansk Stalking Center har vi udviklet værktøjer som f.eks. et dokumentationsskema i samarbejde med politiet og Skytsengel-appen, som hjælper de udsatte med at indsamle og systematisere dokumentationen sådan, at den passer til politiets procedurer.

Dertil ses det også, at blandt de udsatte, der havde kontakt med politiet var 46 % generelt tilfredse med politiets kompetencer og håndtering, mens 48 % udtrykte utilfredshed.

Studiet viser desuden, at udsatte i sager med tidligere partnere som udøvere oftere vurderede politiets indsats som værende utilstrækkelig, sammenlignet med sager, hvor udøveren var en bekendt eller fremmed.

Erfaringer



Erfaringerne viser, at fagpersoner på tværs af kommuner, sundhedsvæsen og politi nogle gange møder stalkingudsatte uden nok viden om stalking til at kunne identificere den. Det understreger behovet for målrettet opkvalificering til fagpersoner.

Dansk Stalking Center tilbyder derfor fagpersonsparring og undervisning for at styrke den tidlige opsporing for dermed at sikre, at de stalkingudsatte og deres pårørende hurtigt får den rette støtte.

“

Det har gjort, og gør stadig, at jeg har svært ved at koncentrere mig og huske. Det føles, som om alt gentager sig, og selv her to år efter stalkingen stoppede, sidder jeg fast i de oplevelser med mange flashbacks og negative tanker om mig selv. Jeg tror, det er årsagen til mine kroniske mavesmerter og min store lyd- og støjfølsomhed.

”

*-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center*

5. Andre voldsformer

Fortsættelsesvold og anden vold som del af stalkingforløbet

Stalking er i nogle tilfælde en form for fortsættelsesvold, altså en forlængelse af tidligere vold i parforholdet. I Dansk Stalking Center har vi adspurgt dem, der udsættes for stalking af en ekspartner, hvorvidt de har været udsat for vold i deres tidligere parforhold.

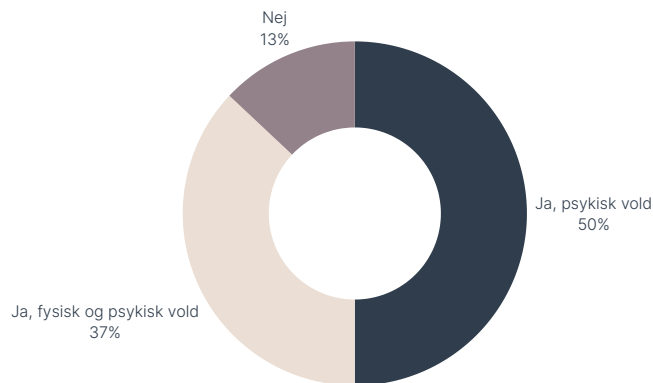
Det ses her at at 50 % angiver, at de har været udsat for psykisk vold, mens 37 % både har oplevet psykisk og fysisk vold. De resterende 13 % angiver, at de hverken har været udsat for fysisk eller psykisk vold af deres tidligere partner.

Kigger man nærmere på den andel, der har oplevet fysisk vold, ser vi, at to tredjedele har angivet at blive skubbet eller hevet i. En tredjedel angiver de har oplevet at få en lussing og en tredjedel er blevet slået med knyttet hånd. En fjerdedel angiver desuden, at de har oplevet grovere vold som f.eks. spark, seksuelle overgreb eller forsøg på seksuelle overgreb.

Kvælningsvold er en alvorlig fysisk vold, hvor voldsudøver har haft afskåret den udsattes luftveje ved halsgreb eller tildækning af udsattes næse og mund. Volden kan opstå i forskellige sammenhænge, men formålet er ofte at opnå magt og kontrol ved at skade og skræmme den udsatte.

26 % af de stalkingudsatte angiver at de har været udsat for kvælningsvold i deres tidligere parforhold. Både danske og nationale studier peger på, at kvælningsvold kan medføre permanente og invaliderende skader samt øger risikoen for partnerdrab³.

Andre studier viser, at overgangen fra partnervold til stalking er velkendt. Studier peger på, at stalking i nogle tilfælde fungerer som et redskab til fortsat kontrol efter et brud. Dertil kan stalking også være en indikator på eskalering, som i nogle tilfælde ender i partnerdrab⁴.



N= 735

6. Konsekvenser

Konsekvenser for de udsatte

I dette ser vi nærmere på nogle af konsekvenserne ved stalking blandt de stalkingudsatte.

Hverdagsliv

Stalking påvirker ofte hele den udsattes hverdag både i hjemmet og familie, arbejdsliv og sociale sammenhænge.

Ved opstart i Dansk Stalking Center måler vi, i hvilken grad stalkingen belaster de udsattes trivsel i hverdagen (familie-, social- og arbejdsliv). Det gør vi gennem redskabet Sheehan Disability Scale (SDS).

Målingerne viser et generelt lavt funktionsniveau, da en score på 5 eller derover indikerer en behandlingskrævende funktionsnedsættelse.

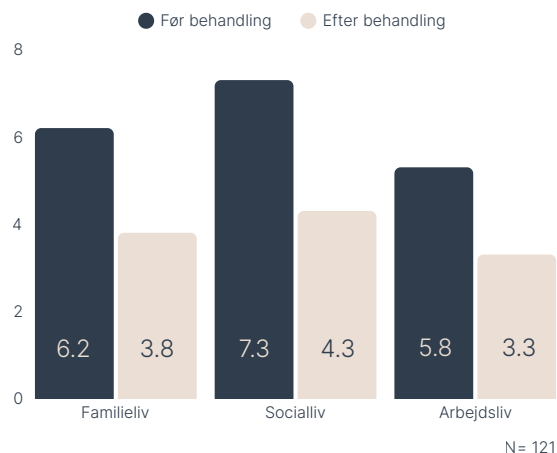
Vi ser gennemsnitlige scorer på mellem 5,8 og 7,3 ved opstart. Det betyder, at stalkingen belaster de udsattes hverdagsliv i høj grad.

Efter rådgivning og psykologforløb ses markante forbedringer. De gennemsnitlige SDS-scorer falder til omkring 3–4, svarende til forbedringer på 40–55 %, afhængigt af område.

Efter rådgivning og psykologforløb ses markante forbedringer. De gennemsnitlige SDS-scorer falder til omkring 3–4, svarende til forbedringer på 40–55 %, afhængigt af område.

Samlet viser resultaterne, at rådgivning og behandling har en positiv indflydelse på de udsattes funktionsevne.

Udsattes funktionsevne før og efter rådgivning og behandling



Depression og angst

Stalking har også konsekvenser for den psykiske trivsel, hvilket ses i symptomer for angst og depression.

Til at måle disse belastninger anvendes Bech-19-skalaen, som vurderer graden af depressive og angstrelaterede symptomer⁶. Her ser vi, at 75 % oplever symptomer på angst og/eller depression.

Ved opstart ligger de udsattes gennemsnitlige score på 14,8 for depression og 14,7 for angst, hvilket afspejler et klinisk højt niveau af psykisk belastning. Det viser, at mange oplever alvorlige psykiske følgevirkninger som direkte konsekvens af stalking.

Efter et forløb med rådgivning og psykologbehandling ses markante forbedringer. De gennemsnitlige scorer falder til 7,7 for depression og 7,1 for angst, svarende til en reduktion på omkring 50 %.

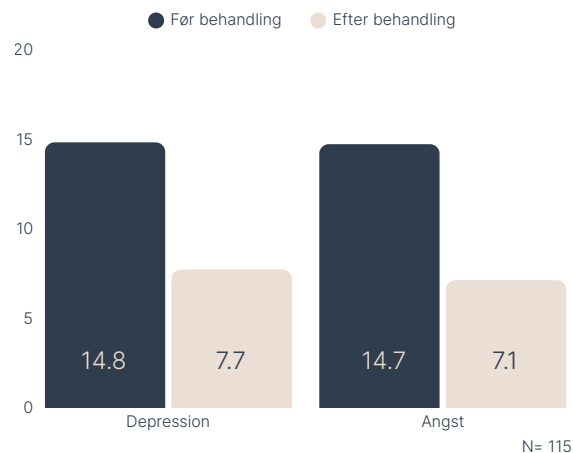
Ændringerne er statistisk signifikante og viser en sammenhæng mellem indsatsen i Dansk Stalking Center og en forbedret psykisk trivsel.

De forbedringer, der ses efter rådgivning og psykologforløb i Dansk Stalking Center, stemmer overens med flere studier på området.

Et tidligere studie fra Dansk Stalking Center i samarbejde med Syddansk Universitet viste, at omkring 80 % af de udsatte oplevede psykiske følgevirkninger som angst, depression eller PTSD⁷.

Internationale studier peger på tilsvarende resultater og fremhæver vigtigheden af specialiserede indsatser, der kombinerer psykologisk støtte, sikkerhedsrådgivning og socialfaglig hjælp for at fremme bedring og stabilitet⁸.

Udsatte med depression og angst før og efter behandling:



Fysiske reaktioner på stalking

Mange udsatte oplever, at deres krop reagerer kraftigt på den vedvarende utryghed, som stalking medfører. De beskriver at være i konstant alarmberedskab og reagerer fysisk med f.eks. hjertebanken, muskelspændinger eller kvalme. For at følge denne type belastningsreaktioner anvender Dansk Stalking Center The Trauma Symptom Checklist (TSC), som afdækker forskellige former for traumereaktioner.

Somatisering er én af dem og dækker over fysiske symptomer, der opstår som følge af psykisk belastning. Det kan være søvnproblemer, hovedpine, mavepine, hjertebanken eller svimmelhed. Kroppen reagerer fysisk på langvarig stress og utryghed⁹.

I det kvantitative data ses det, at 80 % af dem oplever somatiske smerter som en direkte reaktion på stalking. Efter endt rådgivnings- og psykologforløb falder andelen til 65 %, hvilket indikerer, at kroppen gradvist påvirkes mindre af stress og uro, når den udsatte får støtte og redskaber til at genvinde tryghed.

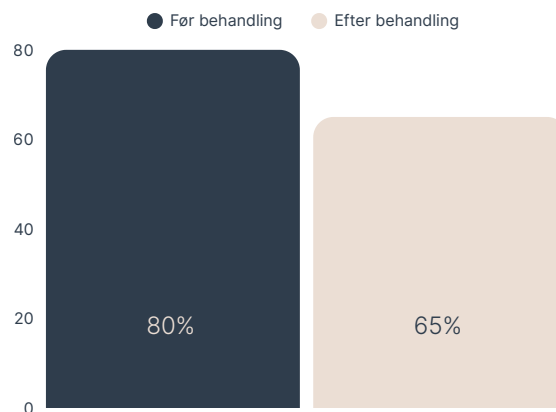
“

Jeg er på vagt hele tiden og bliver skræmt af de mindste ting. Jeg får hovedpine, mavepine og ondt i brystet, når udøveren kontakter mig. Jeg begynder at svede og får lyst til at løbe i sikkerhed

-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center

”

Udsatte med somatiske smerter før og efter behandling:



N= 115

PTSD og kompleks PTSD

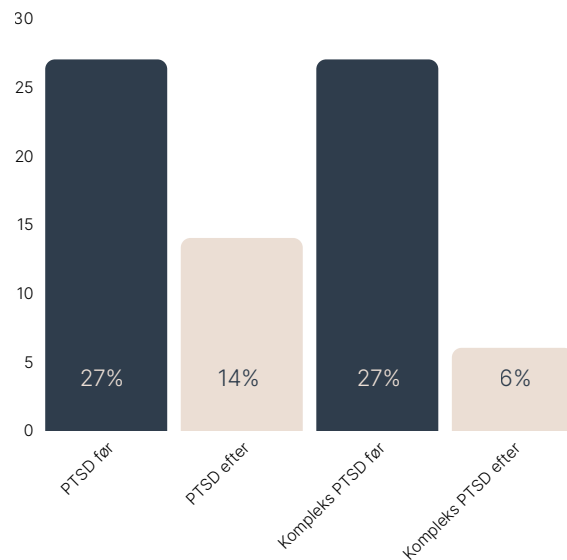
Afslutningsvist ved vi, at langvarig stalking kan være en dybt traumatiserende oplevelse, hvor mange beskriver, at de konstant er i alarmberedskab, har søvnproblemer, mareridt, flashbacks og svært ved at finde ro. For nogle udvikler dette sig til PTSD eller kompleks PTSD.

PTSD er en psykisk reaktion, der opstår efter en pludselig og kortvarig oplevelse af trussel, frygt eller magtesløshed. Symptomerne kan omfatte genoplevelser af hændelserne, undgåelsesadfærd, koncentrationsbesvær og vedvarende følelse af uro og angst. Kompleks PTSD opstår når truslen er langvarig og/eller gentagen. Her ses der ydermere vanskeligheder med følelsesregulering, lavt selvværd og problemer i nære relationer.

For at kunne identificere disse belastninger anvender Dansk Stalking Center International Trauma Questionnaire (ITQ), som måler symptomer på både PTSD og kompleks PTSD. Resultaterne giver et vigtigt grundlag for den psykologiske behandling og hjælper med at målrette indsatsen til den enkeltes behov¹⁰.

Målinger foretaget ved opstart viser, at 50 % har symptomer på PTSD eller kompleks PTSD. Efter afsluttet forløb ses en tydelig reduktion, hvor andelen med PTSD falder fra omkring 27 % til 14 %, mens andelen med kompleks PTSD falder fra 27 % til 6 %.

Udsatte med symptomer på PTSD før og efter behandling:



N = 115

Opsummering

Resultaterne viser, at stalking har alvorlige konsekvenser for de udsattes psykiske helbred og daglige funktionsevne. Ved opstart i Dansk Stalking Center oplever mange høje niveauer af angst, depression og traumereaktioner samt lav oplevelse af tryghed og kontrol.

Efter rådgivnings- og psykologforløb ses markante forbedringer på tværs af alle områder. Funktionsniveauet i hverdagen stiger, symptomer på angst og depression reduceres betydeligt og forekomsten af PTSD og kompleks PTSD falder.

Samlet set peger resultaterne på, at Dansk Stalking Centers helhedsorienterede og traumeinformede indsats gør en tydelig forskel. Resultaterne er statistisk signifikante og viser, at konsekvenser mindskes efter rådgivning og behandling i Dansk Stalking Center.

“

Jeg er meget nervøs og dybt berørt af situationen, men er endelig begyndt at få psykologhjælp, da det hele har påvirket mit håb om at kunne vende tilbage til arbejdsmarkedet.

-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center

”

“

Det har sat dybe spor. Det er derfor afgørende for mig at lære at kunne føle mig tryk i selskab med mænd både på en arbejdsplads og i mit eget hjem

-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center

”

“

Jeg har nogle symptomer på posttraumatisk stresslidelse, såsom angst, et behov for at 'please' andre, overtænkning, at blive let overvældet, social angst, mindre hukommelsestab, forvirring og vanskeligheder med at fastholde opmærksomheden. Jeg tror dog på, at jeg kan genoptage mit arbejde og arbejde nogenlunde effektivt, hvis teamet omkring mig er opmærksomt på mine behov, så jeg kan komme tilbage til arbejdslivet i et trygt og støttende miljø

”

*-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center*

7. Udbytte og evaluering

Udbytte og evaluering af forløb

Et stort flertal af de stalkingudsatte oplever et tydeligt udbytte af rådgivningen og behandlingen.

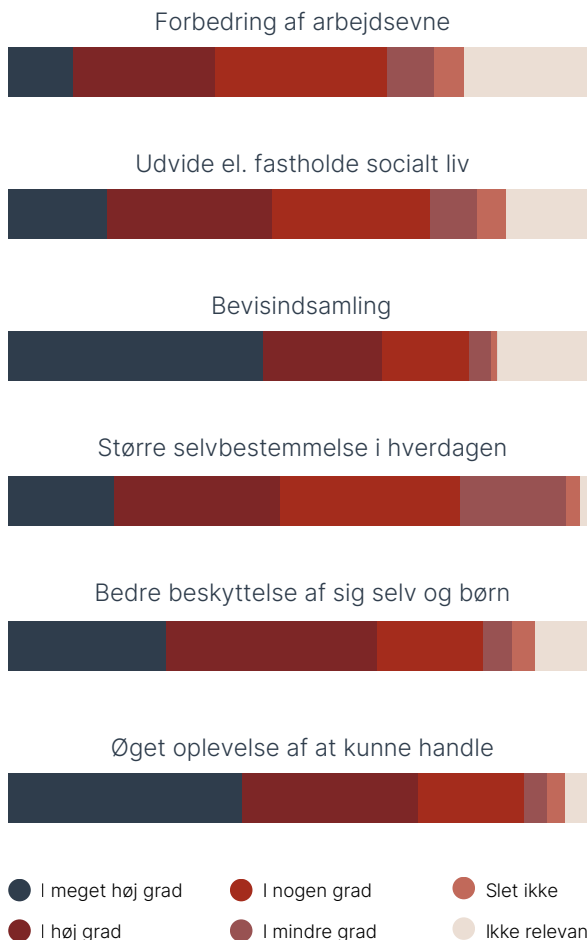
70 % oplever øget handlekraft og evne til at reagere på stalkingen, 63 % vurderer, at de i høj grad eller meget høj grad er blevet bedre til at beskytte sig selv og deres børn, mens 62 % i høj eller meget høj grad oplever større selvbestemmelse i hverdagen.

Resultaterne viser, at centerets rådgivning og psykologbehandling har markant positiv betydning for de udsattes oplevelse af tryghed, handlekraft og kontrol i hverdagen.

Særligt inden for bevisindsamling vurderes indsatsen som virkningsfuld, idet 69 % angiver et højt udbytte. Det peger på, at rådgivning og støtte i høj grad styrker de udsattes viden og handlemuligheder i forbindelse med dokumentation og samarbejde med politi og myndigheder.

På områder som socialt liv og arbejdsevne ses et lavere udbytte, med henholdsvis 45 % og 35 %, der oplever højt udbytte. Dette skal ses i lyset af, at stalking ofte har langvarige konsekvenser for relationer, tillid og arbejdsliv, som kræver tid og stabilitet at genopbygge.

Udbytte af rådgivning og behandling



Varierende N= 221 - 251

Tilfredshed og oplevet virkning af forløb

Ved afslutningen af forløbet i Dansk Stalking Center vurderer 95 %, at deres situation er blevet forbedret sammenlignet med starten af forløbet

Den samlede tilfredshed er høj, da 76 % angiver, at de i meget høj grad er tilfredse med deres forløb, 18 % i høj grad, 5 % i nogen grad, mens kun 1 % svarer i mindre grad og ingen vurderer, at de slet ikke er tilfredse.

De kvalitative besvarelser giver et indblik i, hvad der har haft særlig betydning. Mange beskriver, at det har været afgørende at blive mødt af fagpersoner med specialiseret viden om stalking, og at de for første gang oplevede, at deres situation blev forstået og taget alvorligt. En udsat beskriver det sådan:

“

Jeg har følt mig lyttet til af kompetente fagpersoner, som har haft stor viden om stalking. Det har også betydet meget, at der har været mulighed for hjælp og støtte fra både socialrådgiver, IT, jurist og psykolog.

Jeg har oplevet en sammenhængende indsats, og det har betydet meget.

-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center

”

Flere fremhæver også værdien af den tværfaglige tilgang, hvor rådgivning, juridisk rådgivning og IT-rådgivning samt psykologbehandling spiller sammen. En udsat beskriver det sådan:

“

Det betød rigtig meget at tale med en socialrådgiver, der vidste noget om stalking, også særligt fordi jeg på det tidspunkt stadigvæk var udsat for stalking. Jeg downloadede også Skytsengel og fik rådgivning i forhold til at snakke med politiet. Det var super godt at tale med en psykolog efterfølgende, det gav en fornemmelse af tryghed og af ikke at være helt alene.

-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center

”

Samlet viser evalueringerne at de udsatte oplever et markant udbytte af forløbene i Dansk Stalking Center. De peger især på betydningen af specialiseret viden, helhedsorienteret støtte og psykologisk behandling som afgørende elementer i at genskabe tryghed, handlekraft og stabilitet i hverdagen.

“

Min elskæreste benyttede vores fælles børns telefoner til at ringe til mig. [...]. Desuden ringede han også til børnene, når de var hos mig, og bad dem give mig telefonen, ligesom han sendte beskeder til mig over deres telefoner. Han brugte generelt børnene rigtig meget, også som undskyldning for at komme tæt på mig.

”

*-Stalkingudsat i forløb hos
Dansk Stalking Center*

Børn og unge af stalkingudsatte

Børn og unge, der lever i familier med stalking, er en overset målgruppe, selvom forskning viser, at de påvirkes i høj grad. Ofte påvirkes de på niveau med den forælder, der udsættes for stalking.

Dansk Stalking Center anslår, at op mod 60.000 børn i Danmark vokser op i hjem med stalking¹¹.

Når den ene forælder udsætter den anden for stalking, så inddrages nogle børn direkte i stalkingen.

For eksempel gennem digital overvågning eller ved, at udøveren kontakter barnet om den anden forælder. Andre påvirkes indirekte gennem den konstante utryghed i hjemmet.

Det kan føre til psykiske belastningsreaktioner som angst, søvnbesvær, depression, PTSD-lignende symptomer og problemer med koncentration, tillid og sociale relationer. Mens andre reagerer med vrede, usynliggørelse eller overansvarlighed¹².

Alligevel indgår børn sjældent systematisk i risikovurderinger og psykologforløb. Hjelpe-systemerne har ofte fokus på den voksne, der udsættes for stalkingen, mens børnenes egne oplevelser ikke anerkendes som selvstændig ud-sathed.

Dertil mistolkes stalking i nogle sager som en almindelig forældrekonflikt, fordi fagpersoner mangler viden om de systematiske og voldelige mønstre, der kendetegner stalking¹³.

I Dansk Stalking Center tilbyder vi forældre-rådgivning samt individuelle psykologforløb for børn og unge af stalkingudsatte forældre i alderen 7–17 år. Indsatsen har et helhedsorienteret fokus, hvor der samarbejdes med skole, fritidstilbud, kommune og psykiatri for at sikre, at barnet får den nødvendige støtte.

Dansk Stalking Center arbejder på, at indsatsen til børn og unge styrkes gennem et nyt fondsstøttet projekt i 2026.

9. Forebyggelse og samarbejde

Forebyggelse og samarbejde

En central del af Dansk Stalking Centers arbejde er at forebygge stalking og dertil styrke hjælpemulighederne til de personer, der er udsat. Det gør vi ved at udbrede viden om stalking, dens konsekvenser og muligheder for støtte og hjælp. Derudover indgår Dansk Stalking Center i strategiske samarbejder på tværs af sektorer for at sikre, at fagpersoner har den nødvendige viden og de rette redskaber til at hjælpe de udsatte tidligt. Målet er at styrke opsporingen af stalkingsager og sikre en tidlig indsats, så udsatte får den rette hjælp i tide og for at mindske risikoen for eskalering.

Viden som forebyggelse

Mange stalkingudsatte møder fagpersoner i forskellige dele af systemet f.eks. i kommunen, sundhedsvæsenet eller hos politiet. Som Dansk Stalking Centers egne data også viser, så er det vigtigt, at fagpersoner har tilstrækkelig viden om stalking, så kan de i højere grad identificere mønstre, der peger på stalking og henvise de udsatte til Dansk Stalking Center.

Vi arbejder løbende med at udbrede viden om stalking gennem undervisning, certificering og faglige oplæg. Derudover tilbyder centeret faglig sparring med specialiserede rådgivere og psykologer, så fagpersoner kan få støtte i konkrete sager og blive bedre rustet til at handle.

Samarbejde på tværs

Tidlig opsporing og forebyggelse af stalking kræver, at myndigheder og fagprofessionelle samarbejder på tværs. Når politi, kommuner og civilsamfund deler viden og arbejder ud fra en fælles forståelse, styrkes den samlede indsats for at beskytte de stalkingudsatte og hjælper dem bedst muligt. Projektet Tryk i Sydøstjylland (2021–2024), blev gennemført i samarbejde med Sydøstjyllands Politi og kredsens syv kommuner. Projektet viste, at fælles indsats og vidensdeling kan skabe mere tryghed for de udsatte og deres netværk. Resultaterne viste:

Slutevaluering af projekt Tryk i Sydøstjylland

- Fagpersoner blev bedre til at genkende tidlige tegn på stalking.
- Fælles undervisning gav et fælles sprog og forståelse på tværs af sektorer.
- Konkrete redskaber (samtykkeerklæringer, sparring, udøvertelefon) gjorde det lettere at handle i praksis.
- Et tæt samarbejde mellem politi og kommuner skabte bedre beskyttelse og hurtigere støtte til de udsatte.

“

Samarbejdet med politiet har været en nøgle til at sikre, at vi reagerer hurtigt og korrekt, når en stalkingsituation opstår.

”

-Fagperson om projekt Tryg i Sydøstjylland

10. Anbefalinger

Anbefalinger

Dansk Stalking Centers anbefalinger tager afsæt i de stalkingudsattes behov. Samtidig viser vores viden, at stalking kun stopper, hvis adfærden bag stoppes. Derfor indgår behandling af stalkingudøvere som et centralt element i anbefalingerne ikke som et hensyn til udøveren, men som den mest effektive måde at beskytte de udsatte på.

Rådgivning



Specialiseret rådgivning og behandling

Fortsæt med at tilbyde helhedsorienteret specialiseret rådgivning og psykolog til stalkingudsatte og pårørende.

Helhedsorienteret støtte til børn og unge

Fortsæt udviklingen af tilbud til børn og unge berørt af stalking, så de i højere grad får adgang til hjælp og støtte tilpasset deres alder, udviklingsniveau og stalkingforløb.

Kompetence



Tidlig opsporing og opkvalificering

Styrk den tidlige opsporing af stalking gennem systematisk uddannelse og opkvalificering af fagpersoner i kommuner, sundhedsvæsen og retssystem samt alle politikredse.

Systematisk opsporing af børn i stalkingramte familier

Fagpersoner bør systematisk inkludere børn, når de opsporer stalking og anden vold. Det kræver, at fagpersoner klædes på med viden om børn i stalkingramte familier.

Vidensudbredelse



National undersøgelse

Gennemfør en landsdækkende undersøgelse af stalking hvert fjerde år for at følge omfang, udvikling og lovgivningseffekt.

Generel vidensudbredelse

Mere oplysning til beslutningstagere, fagfolk og offentligheden om stalking og hjælpemuligheder.

Lovgivning



Tilbud om behandling ved tilhold

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

Lovgivning koblet med motiverende samtale

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

11. Litteraturliste

⁷**Bech, P., Bille, J., Møller, S. B., Hellström, L. C. & Østergaard, S. D. (2014).** Psychometric validation of the Hopkins Symptom Checklist (SCL-90) subscales for depression, anxiety, and interpersonal sensitivity. *Journal of Affective Disorders*, 160, 98-103.

⁹**Blaauw, E., Winkel, F. W., Arensman, E., Sheridan, L. & Freeve, A. (2002).** The toll of stalking: the relationship between features of stalking and psychopathology of victims. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(1), 50-64. <https://doi.org/10.1177/0886260502017001004>

⁴**Coleman, F. L. (1997).** Stalking behavior and the cycle of domestic violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 12(3), 420-432. <https://doi.org/10.1177/088626097012003007>

¹¹**Cloitre, M., Hyland, P., Prins, A. & Shevlin, M. (2021).** The International Trauma Questionnaire (ITQ) measures reliable and clinically significant treatment-related change in PTSD and Complex PTSD. *European Journal of Psychotraumatology*. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1930961>

¹**Danmarks Statistik (2024).** – Person og familieindkomst

¹²**Elklit, A., & Schandorph, S. (2013).** Med barnet som gidsel – stalking af mødre. Center for Voldtægtsofre, Odense Universitetshospital & Syddansk Universitet.

Elklit, A., Vangsgaard, L. A. G., Olsen, A. S. W. & Ali, S. A. (2019). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Symptoms in Secondary Stalked Children of Danish Stalking Survivors — A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5): 725. <https://doi.org/10.3390/ijerph16050725>

³**Glass, N., Laughon, K., Campbell, J., Block, C. & Hanson, G. (2008).** Non-fatal strangulation is an important risk factor for homicide of women. *Journal of Emergency Medicine*, 35(3), 329-335. <https://doi.org/10.1016/j.jemermed.2007.02.065>

²**Hauch, D. & Elklit, A. (2025).** The Danish Police's Response to Stalking: An Exploration of Victim Perspectives. *Journal of Victimology and Victim Justice*, 8(1), 7-27. <https://doi.org/10.1177/25166069241306541>

⁸**Hauch, D., & Elklit, A. (2023).** The psychological consequences of stalking: cross-sectional findings in a sample of Danish help-seeking stalking victims. *European Journal of Psychotraumatology*, 14(2), 1-16. <https://doi.org/10.1080/20008066.2023.2281749>

¹²**JUSTITSMINISTERIETS FORSKNINGSKONTOR (2018).** Omfanget og karakteren af stalking 2017/2018.

¹⁴**Jørgensen, L. K., & Elklit, A. (2022).** PTSD og kompleks PTSD blandt støttesøgende stalkingudsatte i Danmark. Videnscenter for Psykotraumatologi, SDU.

⁹**Korkodeilou, J. (2020).** *Victims of Stalking: Case Studies in Invisible Harms*. Springer International Publishing.

Melton, H. C. (2004). Stalking in the context of domestic violence. *Women & Criminal Justice*, 15(3-4), 33-58. https://doi.org/10.1300/J012v15n03_02

⁵**Monckton-Smith, J., Szymanska, K. & Haile, S. A. (2017).** Exploring the Relationship between stalking and homicide. Cheltenham. <https://eprints.glos.ac.uk/4553/>

⁹**Mullen, P. E., Pathé, M. & Purcell, R. (2008).** *Stalkers and their Victims* (2. udg.). Cambridge University Press.

¹³**Olsen, A. S., Vangsgaard, L., & Elklit, A. (2017).** Når far stalker mor: Hvordan børn påvirkes af stalking. Odense: Videnscenter for Psykotraumatologi, SDU.

⁶**Sheehan, K. H. & Sheehan, D. V. (2008).** Vurdering af behandlingseffekter i kliniske forsøg med Sheehan Disability Scale. *International Klinisk Psykofarmakologi*, 23(2), 70-83. <http://dx.doi.org/10.1097/YIC.0b013e3282f2b4d6>

¹³**Vangsgård, L., Olsen, A. S., & Elklit, A. (2015).** Når far stalker mor – En undersøgelse af børns perspektiv på samvær med en stalkende forælder. Center for Voldtægtsofre, Odense Universitetshospital & Syddansk Universitet.

¹⁰**Wuest, S. B., Ford-Gilboe, M., Merritt-Gray, M., Lent, B., Berman, H., & Campbell, J. (2008).** Chronic Pain in Women Survivors of Intimate Partner Violence. *The Journal of Pain*, 9(11), 1049-1057. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2008.06.009>



Dansk Stalking Center