

# POSITION

## ONLINEFÆLLESSKABER MOD VOLD

BETINA RYSBERG BAY OG DITTE BJERREGAARD

I den offentlige debat bliver sociale medier ofte kritiseret for at bidrage til ensomhed og mistrivsel (van Hauen 2023; Pagh 2020). Kritikere hævder, at et højt forbrug af digitale medier påvirker unges trivsel negativt og hæmmer deres evne til at indgå i fællesskaber (Heissel 2023). Forskning viser da også en sammenhæng mellem den digitale udvikling og en stigning i psykisk mistrivsel (Fynbo et al. 2022). I denne position vil vi dog foreslå, at distancen og anonymiteten på sociale medier også besidder et potentiale til at skabe nære og helende forbindelser samt sprede viden om vigtige emner som vold og voldsforebyggelse. Baseret på erfaringer fra onlinegrupeforløb for voldsudsatte i nonprofitorganisationen Center for Voldsforebyggelse (CFV) vil vi vise, hvordan onlinefællesskaber kan være en betydningsfuld ressource i den voldsforebyggende praksis.

Organisationen CFV blev grundlagt på baggrund af et antropologisk kandidatspeciale skrevet af Ditte Bjerregaard. Den anden forfatter, Betina Bay, kom med i organisationens videnscenter, da hun i 2022 begyndte at monitorere, dokumentere og analysere danske kvindedrab i indsatsen Femicide Watch.

CFV begyndte i 2019,<sup>1</sup> hvor Ditte rekrutterede deltagere til et feltarbejde via onlinefora som Facebook og Instagram til sit kandidatspeciale *Talende tavshed*. Specialet afdækkede, hvad der afholder voldsudsatte fra at tale om vold. Resultaterne viste, at der mangler et sprog for voldsudsathed, og at voldens natur ofte misforstås som udelukkende fysisk og ikke som et politisk problem (Bjerregaard 2019).

Efter specialet var der fortsat stor interesse for samtalerum om erfaringsdeling og vold, hvilket førte til en ansøgning om støtte til leje af lokaler under titlen *Tal om vold: Støttegrupper til voldsudsatte*. Formålet var simpelt: at yde støtte til voldsudsatte og skabe et fællesskab, hvor følelser som skam og ensomhed gradvist kunne ophøre. Formatet omfattede faglige præsentationer og personlige erfaringsdelinger ved hjælp af peer-to-peer-metoder, narrative tilgange og response-based practice. Disse metoder udfordrede den asymmetriske magtrela-

tion mellem fagpersoner og voldsudsatte og betragtede de udsatte kvinders erfaringer som værdifulde ressourcer i sig selv (Center for Voldsforebyggelse n.d.).

Onlinerekruttering gav adgang til en målgruppe, som traditionelle kanaler i eksempelvis Københavns Kommune ikke kunne nå. Den online tilgang tillod endvidere deltagelse fra personer, der ikke havde adgang til traditionelle terapisaftaler eller støttecentre på grund af geografiske, økonomiske eller andre barrierer. Interaktionen kunne være dialogbaseret gennem privatbeskeder og e-mails eller gennem likes og delinger. Alt dette resulterede i, at personer fra hele landet rejste til hovedstaden for at deltage i gruppeforløbene, for dengang var onlinegruppemøder endnu ikke noget, der blev praktiseret i terapi.

Covid-19-pandemien fremtvang en overgang fra fysiske til onlinemøder, hvilket ændrede dynamikken i gruppeforløbene. Fravær af fysisk tilstedeværelse og øget anonymitet gav nogle deltagere mere mod til at åbne op om svære emner. På trods af den fysiske distance tillod onlinegrupperne stadig dybdegående diskussioner og deling af erfaringer, hvor deltageres stemmer blev hørt.

Selvom onlinemøder har visse begrænsninger, for eksempel manglen på fysisk trøst efter at have delt noget svært, har det digitale rum åbnet nye muligheder. Onlinegrupperne blev hurtigt efterspurgt og fortsatte efter pandemien, især i mindre byer med færre tilbud.<sup>2</sup> Ved at udnytte fordelene ved digitale formater kan disse grupper fortsat være en vigtig ressource for mennesker berørt af vold.

## Digital distance og kontrol over egen deltagelse

Vores erfaringer viser, at den digitalt medierede distance til andre deltagere kan lette den frygt, der kan være forbundet med at dele sårbare og personlige fortællinger. Ved onlinedeltagelse har deltagerne mulighed for at fremtræde under de forhold, de ønsker, for eksempel ved at slukke for kameraet eller lyden i specifikke situationer eller simpelthen deltage i hele sessioner uden at tænde kameraet. Dette giver deltagerne en form for kontrol over, hvem de taler med, hvornår og hvordan de taler om volden, og i hvilket omfang de ønsker at være synlige. Det at deltage i sessioner fra ens eget hjem kan endvidere føles mere trygt og bekvemt end at skulle besøge et nyt og ukendt sted. At have mulighed for at bestemme, hvordan processen skal udspille sig, kan således siges at stå i kontrast til selve det at blive udsat for vold, hvor man ingen eller begrænset kontrol har. Den digitale distance og muligheden for anonymitet giver på den måde flere voldsudsatte mulighed for at finde den styring og støtte, de ikke tidligere har haft.

Forskning viser, hvordan anonyme onlineplatforme som Reddit i stigende grad bliver anvendt af privatpersoner til at tale om den vold, de har været udsat

for, og til at søge støtte blandt andre, der har oplevet lignende (O'Neill 2018; Whiting et al. 2022). På den måde kan sociale medier fungere som en digital bro mellem voldsudsatte, hvor det i højere grad er op til den enkelte at skabe præmisserne for sin egen deltagelse. Kontrollen over egen deltagelse, digital afstand og muligheden for anonymitet viser sig at hjælpe voldsudsatte med at overvinde barrierer som stigma, skam eller frygt, der ellers afholder dem fra at tale om deres oplevelser (Whiting et al. 2022; Andalibi og Haimson 2016).

Trine er et typisk eksempel på en deltager, der foretrækker et onlineforløb. Hun bor i en lille by i Nordjylland. Hun er bange for, at hendes ekskæreste vil finde ud af, at hun taler om volden, og derfor giver et slukket kamera ekstra tryk. Volden, som Trine har været udsat for, fandt sted i et lille lokalsamfund, hvor det i forvejen er svært at forblive anonym på eksempelvis det lokale krisecenter. Når hun tog af sted til krisecentret, kunne eksmandens venner genkende hende, følge hende og informere ham om, hvor Trine befandt sig. Trine fortæller desuden, at flere medlemmer af lokalsamfundet har chikaneret hende og beskyldt hende for at være „sindssyg“. De udtrykte, at det var hendes egen skyld, at hun blev udsat for vold. Som Trine beskriver det, elsker alle i lokalsamfundet hendes eksmand, og nu synes de, at det er synd for ham, at han skal være alene. Trine og eksmanden har et barn sammen, og selvom det er over et år siden, at de blev skilt, er eksmandens chikane eskaleret, når Trine har overvejet at flytte til en anden by. Sidste år forsøgte han at brænde hendes hus ned.

I sin evaluering af forløbet udtrykte Trine, at hun fandt onlinegruppen gavnlig, da den reducerede hendes frygt og tillod hende at dele sin historie uden bekymring for, at nogen ville viderebringe oplysninger til hendes eksmand. Anonymitet, som blandt andet kan opnås via en sort skærm, kan derfor også ses som en vigtig sikkerhedsforanstaltning for den voldsudsatte.

## Sociale medier kan styrke kvinders rettigheder

Deltagerne i onlineterapigrupperne hos CFV består primært af kvinder mellem 18 og 72 år. Sociale medier har ifølge CFV's evalueringer haft en markant indflydelse på, hvor hurtigt særligt yngre deltagere taler om vold. Evalueringerne viser, at personer under 30 år sætter ord på vold hurtigere end dem over 30, hvor der kan gå op til 12 år, før volden bliver italesat første gang. Flere af deltagerne under 30 år fortæller, at #MeToo har haft stor betydning for, at de har turdet tale om volden, da denne bevægelse har illustreret, hvor udbredt – næsten almindelig – vold faktisk er. I evalueringerne fra grupperne har vi dertil fundet, at erfaringsdeling, fællesskabet om voldsudsathed og etableringen af et fælles sprog for vold kan mildne nogle af de konsekvenser, vold medfører (Center

for Voldsforebyggelse 2024). Dette fund er forstærket i de onlineterapigrupper, hvor flere elementer styrker værdien af, at den enkelte deltager i at tale om vold. Når voldsudsatte mødes i fællesskaber – både fysisk og især online – kan der således opstå en form for kollektiv heling, hvor deltagerne sammen kan udvikle et fælles sprog for at tale om vold.

Flere studier peger også på, at digital mediefrihed og sociale medier har spillet en betydelig rolle i at styrke kvinders stemmer og rettigheder (Khalil og Storie 2021; Cooray et al. 2016; Yamamichi 2011; Whitten-Woodring 2016). Global digitalisering har desuden ført til flere samarbejder på tværs af landegrænser, mere grundig overvågning af kvinders sikkerhed og forebyggelse af drab, herunder gennem FN's initiativ Femicide Watch (United Nations n.d.). Bevægelser som #MeToo, #HeForShe og #TimesUp viser, at sociale medier kan fungere som platforme for aktivisme samt informations- og erfaringsdeling (UN Women 2019). Sociale medier har med andre ord skabt nye rum for at tale højt og blive hørt. Samtidig er det værd at have for øje, at sociale medier har været katalysator for hadtale, vold og chikane, som særligt har ramt kvinder og marginaliserede grupper (Miranda 2023; Wilhelm og Joeckel 2019). Vi ser dette i kommentarspor på for eksempel Facebook, hvor kvinder, der taler om sexisme, vold eller kvinders rettigheder, mødes med hån, offerbebrejdelse eller digital chikane og vold (Lewis et al. 2017). FN påpeger desuden, at den digitale vold mod kvinder er eskaleret under coronapandemien (UN Women 2022). Det vil sige, at flere kvinder end nogensinde oplever at blive truet og chikaneret online. Når vi her ønsker at fremhæve positive potentialer, betyder det altså ikke, at vi ikke anerkender de negative konsekvenser, den digitale udvikling har afstedkommet; snarere er det med et ønske om at nuancere debatten om sociale medier og pege på de muligheder, der ligger i at anvende onlinefællesskaber konstruktivt.

## Voldsudsattes spredning af viden, en øget politisk bevågenhed

Sociale mediers positive funktion kan ses i, at flere voldsudsatte tør stå frem og fortælle om vold. Dette blev blandt andet tydeligt med den danske kampagne #talhøjtomvold, hvis formål var at skabe opmærksomhed og tilskynde til åbenhed om vold (Jensen 2021). Det synes på flere måder at være blevet lettere at tale om volden – og lettere *for flere mennesker* at tale om den. Vi tror, at dette blandt andet skyldes spredning af viden, hvilket gør, at flere, der lever med vold, kan spotte den og reagere hurtigere end før sociale medier.

Sidste år ringede en kvinde til vores organisation og efterlyste et sted at tale om økonomisk og psykisk vold. Kvinden er en af mange, der de seneste år er begyndt at kontakte os med et vist kendskab til specifikke former for vold såsom

psykiske og økonomiske voldsformer. Dette indikerer, at opmærksomheden på vold og rettigheder er steget i løbet af det seneste årti. Dette skyldes delvist sociale medier og de digitale muligheder for mobilisering af viden og handling, men også politiske handleplaner med fokus på at bekæmpe vold (Regeringen 2002, 2005, 2010, 2014a, 2014b, 2022). Vi ser desuden en øget bevidsthed om psykisk vold, som blandt andet viser sig ved, at psykisk vold i 2019 blev strafbart ifølge straffelovens § 243 (Justitsministeriet 2019). Digital vold er ligeledes på den politiske dagsorden: I 2023 vedtog Folketinget et lovforslag med fokus på digitale krænkelse, herunder kriminalisering af grooming (Justitsministeriet 2023).

I vores praksis ser vi, at den øgede politiske og samfundsmæssige opmærksomhed på rettigheder og vold bidrager til, at voldsudsatte i højere grad kan gennemskue oplevelser med vold, kender deres rettigheder og føler sig bestyrkede i erkendelsen af, at det, de udsættes for, er vold. Når voldsudsatte i dag kontakter os med henblik på støtte eller sparring, oplever vi, at nuanceret viden om vold i højere grad end tidligere er nået frem til den voldsudsatte. Det interessante er her, hvordan sociale medier og onlinefællesskaber ikke kun spiller en rolle i at nuancere og udbrede viden om vold, men også hvordan potentialet ved onlinefællesskaber kan fremme aktiv voldsforebyggelse blandt individer og politisk.

## Konkluderende: et kulturelt problem

Vold er ikke blot et individuelt fænomen, og efter møder med hundredvis af voldsudsatte er det også blevet tydeligt for os, at volden ikke kun kan heles og forebygges i fysiske eller onlinegruppeforløb, men at der skal en kulturel forandring til. Onlinefællesskaber kan virke som et værktøj til at aftabuisere emner relateret til vold og facilitere et bredere rum for både udveksling af personlige erfaringer og vidensdeling. Det kræver en grundig kulturforandring at komme vold til livs. Her spiller sociale medier og onlinefællesskaber allerede en vigtig rolle i at facilitere udveksling af viden samt starte nye og vedholde eksisterende samtaler om vold. Sociale medier som en uomgængelig del af vores sociale liv lægger op til, at vejen mod en kulturel forandring også drager større nytte af de potentialer, der kan opstå i onlinedeltagelse.

## Noter

1. I dag består Center for Voldsforebyggelse (dengang: Center for Magtanalyse) af tre indsatser: Tal om vold (gruppeforløb), Viden om vold (undervisningsindsats) og Femicide Watch (monitorering af drab på kvinder i Danmark) med tre lokalafdelinger, København, Aalborg og Odense.

2. En opgørelse fra 2022 viser, at der er 7,25 måneders ventetid på tilbud med henvisning til psykologer (Dansk Psykolog Forening 2023).

## Litteratur

Bjerregaard, Ditte. 2019. *Talende tavshed. En antropologisk og feministisk undersøgelse af patriarkalsk vold i Danmark*. Speciale. København: Institut for Antropologi, Københavns Universitet.

Center for Voldsforebyggelse. 2024. „Tal om vold 2022-2023“. <https://centerforvoldsforebyggelse.com/wp-content/uploads/2024/02/Tal-om-Vold-2022-2023.pdf>. Tilgået 30.09.2024.

— u.å.a. “Tal om vold”. Gruppeforløb i CFV. <https://centerforvoldsforebyggelse.com/tal-om-vold/>. Tilgået 30.09.2024.

Cooray, Arusha, Nabamita Dutta og Sushanta Mallick. 2017. “The Right to be Free: Is Media Freedom Good News for Women’s Rights?” *Journal of Institutional Economics* 13 (2):327-55. <https://doi.org/10.1017/S1744137416000151>.

Dansk Psykolog Forening. 2023. „Unge venter 26 uger på at komme til psykolog“. <https://www.dp.dk/unge-venter-26-uger-paa-at-komme-til-psykolog/>. Tilgået 30.09.2024.

Fynbo, Lars, Signe Boe Rayce, Sofie Have Hoffmann, Annemette Thøstesen, Camilla S. Linander, Anton Dam og Sylvester Tønnesen. 2022. *Digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt unge. Et systematisk litteraturreview*. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Heissel, Anders. 2023. „Efterskoler: Mobiler og sociale medier skaber mere mistrivsel“. DR. <https://www.dr.dk/nyheder/indland/efterskoler-mobiler-og-sociale-medier-skaber-mercemistrivsel>. Tilgået 30.09.2024.

Jensen, Susanne Baden. 2021. „15 kvinder står frem om den skjulte vold i danske hjem“. [alt.dk](https://www.alt.dk/artikler/vidnesbyrd-om-kvinder-udsat-for-vold). <https://www.alt.dk/artikler/vidnesbyrd-om-kvinder-udsat-for-vold>. Tilgået 30.09.2024.

Justitsministeriet. 2019. „Forslag til lov om ændring af straffeloven og forskellige andre love“. <https://www.retsinformation.dk/eli/ft/201812L00139>. Tilgået 30.09.2024.

— 2023. „Lov om ændring af straffeloven og retsplejeloven“. <https://www.retsinformation.dk/eli/ft/2023/741>. Tilgået 30.09.2024.

Khalil, Ali og Leysan Khakimova Storie. 2021. “Social Media and Connective Action: The Case of the Saudi Women’s Movement for the Right to Drive”. *New Media & Society* 23 (10):3038-61. <https://doi-org.ep.fjernadgang.kb.dk/10.1177/1461444820943849>.

Lewis, Ruth, Michael Rowe og Clare Wiper. 2017. Online Abuse of Feminists as an Emerging Form of Violence against Women and Girls. *British Journal of Criminology* 57 (6):1462-81. <https://doi.org/10.1093/bjc/azw073>.

Miranda, Sandra Lopes. 2023. “Analyzing Hate Speech Against Women on Instagram”. *Open Information Science* 7 (1):1-11. <https://doi.org/10.1515/opis-2022-0161>.

O’Neill, Tully. 2018. “‘Today I Speak’: Exploring How Victim-Survivors Use Reddit”. *International Journal for Crime, Justice and Social Democracy* 7 (1):44-59. <https://doi.org/10.5204/ijcsd.v7i1.402>.

Pagh, Peter Frederik. 2020. „Sociale medier har gjort os asociale“. Jyllands-Posten 23.01. <https://jyllands-posten.dk/debat/kronik/ECE11887144/sociale-medier-har-gjort-os-asociale/>. Tilgået 30.09.2024.

Regeringen. 2002. „Regeringens handlingsplan til bekæmpelse af vold mod kvinder“. 145448\_DK-indh (lokk.dk).

— 2010. „National strategi til bekæmpelse af vold i nære relationer“. [national\\_strategi\\_til\\_bekmpelse\\_af\\_vold\\_i\\_nre\\_relationer\\_2011.pdf](#) (lokk.dk).

— 2023. „Handlingsplan mod partnervold og partnerdrab 2023-2026“. Handlingsplan mod partnervold og partnerdrab. Digitaliseringsministeriet (digmin.dk).

Regeringen: Ligestillingsafdelingen. 2005. „Handlingsplan til bekæmpelse af mænds vold mod kvinder og børn i familien 2005-2008“. Udskriv MFL\_handlingsplan (lokk.dk).

Regeringen: Ministeriet for Børn, Ligestilling, Integration og Sociale Forhold. 2014a. „National handlingsplan: Indsats mod vold i familien og i nære relationer“. [nationalhandlingsplanjuni2014.pdf](#) (lokk.dk).

— 2014b. „Indsats mod vold i familien og i nære relationer“. [nationalhandlingsplanjuni2014.pdf](#) (lokk.dk).

United Nations. u.å.a. “Femicide Watch Initiative. Special Rapporteur on Violence against Women and Girls, its Causes and Consequences”. <https://www.ohchr.org/en/special-procedures/sr-violence-against-women/femicide-watch-initiative>. Tilgået 30.09.2024.

UN Women. 2019. “Hashtag Women’s Rights: 12 Social Media Movements You Should Follow”. <https://un-women.medium.com/hashtag-womens-rights-12-social-media-movements-you-should-follow-6e31127a673b>. Tilgået 30.09.2024.

— 2022. “Accelerating Efforts To Tackle Online And Technology Facilitated Violence Against Women and Girls (VAWG)”. [https://www.unwomen.org/sites/default/files/2022-10/Accelerating-efforts-to-tackle-online-and-technology-facilitated-violence-against-women-and-girls-en\\_0.pdf](https://www.unwomen.org/sites/default/files/2022-10/Accelerating-efforts-to-tackle-online-and-technology-facilitated-violence-against-women-and-girls-en_0.pdf).

Van Hauen, Emilia. 2023. „Sociale medier øger unges mistrivsel“. Jyllands-Posten 26.02. <https://jyllands-posten.dk/debat/kronik/ECE15110424/sociale-medier-oeger-unges-mistrivsel/>. Tilgået 30.09.2024.

Whiting, Jason.B., Bria Nicole Davies, Brady C. Eisert, Alyssa Banford Witting og Shayne R. Anderson. 2023. “Online Conversations About Abuse: Responses to IPV Survivors from Support Communities”. *Journal of Family Violence* 38:791-801. <https://doi.org/10.1007/s10896-022-00414-5>.

Whitten-Woodring, Jenifer. 2016. “News about Her: The Effects of Media Freedom and Internet Access on Women’s Rights”. *Journal of Human Rights* 15 (3):383-407. <https://doi.org/10.1080/14754835.2015.1123087>.

Wilhelm, Claydua og Sven Joeckel. 2019. “Gendered Morality and Backlash Effects in Online Discussions: An Experimental Study on How Users Respond to Hate Speech Comments Against Women and Sexual Minorities”. *Sex Roles* 80:381-92. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0941-5>.

Yamamichi, Masatake. 2011. *The Role of Mobile-Enabled Social Media in Social Development. The World Bank – Information & Communication Technologies*. Washington, D.C.: World Bank Group. <https://doi.org/10.1596/27329>.