



De schade van seksueel misbruik

Vanaf het eerste moment van het misbruik neemt de dader intrek in zijn (of haar!) slachtoffer. Er ontstaat een 'vaste verkering'. Dit betekent dat de dader een onuitwisbare afdruk achterlaat op de psyche van het slachtoffer.

Jantine den Uijl

Deze afdruk geeft zogenoemde 'introjecties' en 'projecties'. Introjecties zijn ideeën, gevoelens en gedachten over *zich zelf*, projecties zijn ideeën, gevoelens en gedachten over de *ander*. 'Ik ben vies, schuldig en zondig. Ik verdien het niet om van gehouden te worden, ik verdien het zelfs niet om te leven. Ik ben er voor het genot en de lust van een ander. Wat ik wil of vind, doet er niet toe' (introjecties).

'Niemand is te vertrouwen. Mensen zijn uit op mijn ondergang. Uiteindelijk is er niemand die echt van me houdt. Ik kan ook niet meer bekeerd worden want mijn seksuele schuld en zonde is te groot' (projecties).

Vanuit deze 'daderimprint' ontstaat er een grote aanpasser. Het slachtoffer gaat zich vanuit zijn introjecties aanpassen aan de omgeving. De eigen voorkeur is altijd ondergeschikt aan die van de ander. 'Wat ik wil of vind, doet er niet toe, het maakt mij niet uit, ik vind alles best, met mij kun je alle kanten op', is vaak wat we horen van slachtoffers.

Dit komt op alle terreinen van het leven

Slachtoffers gaan jarenlang in diepe eenzaamheid hun weg. Onbegrepen door zichzelf en de wereld om hen heen. Onopvallend in hun aanpassing, soms merkwaardig door het 'spontane kind', vaak afwezig in het 'bevroren kind'. Totdat...

terug. In school-, beroeps- en partnerkeuze. Het nooit 'nee' zeggen kan leiden tot overbelasting en zelfs tot een burn-out. Het grote aanpassen trekt een wissel op relaties. Eigen autonomie ontbreekt als gevolg van het seksueel misbruik. Niet zelden trekt dit een dominante partner aan, waardoor er zelfs binnen het huwelijk kans is op herhaling van het misbruik. 'Verkrachting binnen het huwelijk' is iets wat we regelmatig binnen de praktijk terug horen.

Bevroren kind

Alle emoties die hiermee gepaard gaan, worden keurig weggewerkt in het 'bevroren kind': een relatief jong deel van de persoonlijkheid. Net zo jong als het eerste moment van het misbruik, toen de shock ontstond. Toen werd het bevroren kind gecreëerd. Emoties die té pijnlijk, moeilijk en heftig zijn, worden bevroren, anders zou het leven niet vol te houden zijn. Het bevroren kind wacht vaak lange tijd - vaak jarenlang - op toestemming om te ontdooien. Ontdooien kan echter pas gebeuren op het moment dat er warmte komt. En die warmte komt nooit, in ieder geval niet zolang de dader door middel van introjecties en projecties greep blijft houden op het slachtoffer.

Gelukkig blijft er de drang tot leven. Dit zien we terugkomen in het 'spontane kind', dat ook onderdeel is van de schade. In het spontane kind zit humor, levensvreugde, spontaniteit en agressie. Echter, al deze dingen staan onder het beheer van de dader. Die bepaalt. Vandaar dat agressie verstoord is geraakt. Gezonde agressie mag er niet zijn. Het wordt weggestopt onder een laag van aanpassing. Soms knalt het er toch uit, is het niet tegen te houden. Dan is het echter schadelijk voor de ander. Vanuit de sterke drang tot leven, en dit ook ten volle willen ervaren, laat het spontane kind gedrag zien dat door de buitenwereld wordt bestempeld als roekeloos en onverantwoord. Van veel te hard rijden tot bungeejumpen en alles wat er tussen zit: ik wil voelen dat ik leef, want innerlijk voel ik me dood...

Onbegrepen en onopvallend

Slachtoffers gaan jarenlang in diepe eenzaamheid hun weg. Onbegrepen door zichzelf en de wereld om hen heen. Onopvallend in hun aanpassing, soms merkwaardig door het 'spontane kind', vaak afwezig in het 'bevroren kind'. Totdat... Totdat wat? Totdat er een moment komt waarop de zaken aan het licht *moeten* gaan komen. Misschien wel door het lezen van een artikel als dit. Door het horen van een misbruik-verhaal van een ander, doordat je gaat trouwen, door de getuigenverklaring van een ander. Doordat je bent vastgelopen en je jezelf hebt gemeld bij een therapeut. Dan volgt een lange weg van herstel, onder Gods zegen, waarbij de focus ligt op het *wegsturen van de dader* uit jezelf.

info@praktijkdenUijl.nl

Tel. 010-7411411

(wordt vervolgd)