



Herstel is een lange weg

Herstel is een lange weg waarbij een slachtoffer veel verschillende zaken zal moeten onderzoeken: Hoe is het mogelijk dat niemand heeft gezien wat er met mij is gebeurd? Hoe zag mijn familiesysteem er uit? Wat is nu eigenlijk mijn eigen seksuele identiteit? Ben ik homo of hetero? Hoe leer ik mijn agressie op een gezonde manier uiten?

Jantine den Uijl

Het begint allemaal met een hordenloop. Allereerst moet iemand leren het schijnbare 'bagatel' te onderkennen en weg te nemen. 'Ik heb altijd gedacht dat het wel meeviel. Het is maar één keer gebeurd. Dan maak ik mijn gezin kapot'.

Wanneer de horde van het bagatel genomen is, ziet iemand zich geconfronteerd met de werkelijkheid, die dan serieus genomen zal moeten worden. Dit betekent het verleden in de ogen zien, ónder ogen zien wat er heeft plaatsgevonden en wat voor gevolgen dit heeft gehad in het leven. Vervolgens passeren het doorbreken van het geheim, de schuld en de schaamte de revue.

Het herstelproces is langdurig. Dit doet dan ook recht aan de werkelijke zwaarte van de problematiek. Wij zouden als therapeuten bijdragen aan het bagatelliseren van de schade als we zouden suggereren dat het met een paar gesprekken wel verholpen kan worden. Het herstel verloopt met ups en downs. De dader van binnen laat zich zomaar niet wegsturen. Een let-

terlijke confrontatie met de dader wacht (soms). Het betrekken van het familiesysteem en/of pastoraat is vaak wenselijk.

Collectief NEE

Misschien denkt u dat het wel mee zal vallen in onze kring. De cijfers in Nederland geven aan dat een op de drie kinderen op jonge leeftijd te maken krijgt met seksueel geweld. Kijk op zondag eens om u heen in de kerk, en volgende week op school, en beseft dat er in de kerk en op school dus ongetwijfeld kinderen zijn die op dit moment in een misbruiksituatie leven. Zeker gezien de huidige corona-crisis is de zorg alleen maar toegenomen. Kinderen zitten soms 24 uur per dag met hun dader opgesloten. Slachtoffers moeten vechten tegen het collectieve NEE van de omgeving. Collectief NEE houdt in dat het misbruik wordt ontkend of gebagatelliseerd. 'Dat kan niet waar zijn, het is zo'n keurige man of vrouw'. Of: 'dat je zus zoiets doet, kan ik niet geloven. Je zult het zelf wel verzonnen hebben'. Of: 'Je broer is een nette jongen en hij zegt dat er maar één keer iets is gebeurd, en

dat dat niet veel voorstelde'. Juist dit collectieve NEE draagt bij aan het in standhouden van het probleem. Het vergroot de eenzaamheid en zorgt ervoor dat hun keelblokkade (het niet durven en kunnen spreken over het misbruik) alleen maar groter wordt.

Centrum Seksueel Geweld

De gemeente Rotterdam heeft een budget uitgetrokken om het percentage van gevallen van seksueel geweld naar beneden te dringen. In 2017 is er een werkgroep opgestart waaraan Praktijk Den Uijl deelneemt. Met de werkgroep is een 'toolkit' ontwikkeld, met daarin informatie over het onderwerp: hoé seksueel misbruik te signaleren en stappenplannen in geval van nood. Deze toolkit wordt kosteloos aangeboden aan alle geloofsgemeenschappen in Rotterdam-Rijnmond, aan kerkenraden, verenigingen en scholen na een lezing/workshop over seksueel misbruik. Ook de Theologische School van de Gereformeerde Gemeenten stond open voor een lezing over dit onderwerp en heeft inmiddels de toolkit ontvangen. Mede naar aanleiding van deze lezing zijn deze drie artikelen voor De Saambinder geschreven. Wanneer u ook graag toegerust wilt worden en binnen de doelgroep valt: neem gerust contact met ons op.

Het zwijgen doorbreken

We hopen dat u meer informatie en bewustwording heeft gekregen over de zeer verstrekende gevolgen van seksueel misbruik, op welke leeftijd dan ook. Draagt u bij aan het verminderen van het collectieve NEE?

Wanneer u zelf te maken heeft gehad met seksueel misbruik, al durft u het zelf misschien niet eens zo te noemen: doorbreek het zwijgen en zet de stap naar de hulpverlening. Zo kunt u eindelijk uw eigen levensgeschiedenis onder ogen gaan zien en de schade zo goed mogelijk verwerken. Tenslotte: ook plegers van seksueel misbruik hebben hulp nodig. Vaak is er een onderliggend probleem waardoor zij pleger zijn geworden. Misschien zijn ze zelf slachtoffer van seksueel misbruik. Plegers zijn geen monsters, al hebben zij zich monsterachtig gedragen. 'Wie zonder zonde is, werpe de eerste steen'.

Maar ook: 'Gaat heen en zondig niet meer'.

info@praktijkdenUijl.nl
Tel. 010-7411411

(wordt vervolgd)