

Woorden geven aan dingen die moeilijk zijn

Klinisch psycholoog Iva Bicanic probeert mensen te verbinden en 'woorden te geven aan de dingen die moeilijk zijn'.¹ In dit interview spreken Dagmar Punter en Sanne Schreurs met haar over het thema seksueel misbruik. Een onderwerp dat voor veel mensen confronterend is, juist omdat seksueel misbruik vaak plaatsvindt in de nabije vertrouwde omgeving. Hoe de maatschappij het onderwerp seksueel misbruik bespreekt heeft veel impact op het herstel van het slachtoffer maar ook op het gedrag van de dader. Bicanic ziet hier juist ruimte voor vooruitgang.

DOOR DAGMAR PUNTER EN SANNE SCHREURS

In het maatschappelijke debat over seksueel grensoverschrijdend gedrag haalt u geregeld aan dat seksueel misbruik in de thuissituatie of tijdens het opgroeien, de 'olifant in de kamer' is. Kunt u dat uitleggen?

2022 was een jaar waarin veel voorbeelden van seksueel grensoverschrijdend gedrag centraal kwamen te staan. We konden niet om *The Voice* heen en wat dat teweeg heeft gebracht, met name op de werkvloer. Ook mij werd gevraagd hoe ik tegen de ontwikkelingen aankeek. Ik heb toen gezegd dat het goed is dat er aandacht is voor seksueel grensoverschrijdend gedrag op de werkvloer, maar dat er ook oog moet zijn voor misbruik binnen gezinnen, de olifant in de kamer. Ik realiseer mij overigens bij alles wat ik zeg dat het ook gehoord of gelezen wordt door mensen die seksueel misbruik hebben meegemaakt of gepleegd. Daarom probeer ik altijd te bedenken hoe mijn woorden kunnen bijdragen aan herstel of inzicht. Mijn boodschap is niet dat dat misbruik in gezinnen erger is dan misbruik op de werkvloer. Ik probeer niet te vergelijken, maar te focussen.

Wat is uw focus?

Laat ik twee punten maken. Het eerste is dat het fantastisch is dat er zoveel aandacht is voor seksueel grensoverschrijdend gedrag op de werkvloer en organisaties en bedrijven hun werkvloer willen opschonen en veilig maken. Het gevaar van de focus op de werkvloer is alleen dat we de doelgroep die er altijd is geweest en er altijd zal zijn, namelijk mensen die 'gewoon' thuis

of dichtbij huis misbruikt worden, uit het oog verliezen. Dat kunnen we ons als samenleving niet veroorloven. Omdat daar schade wordt gemaakt en ontwrichting ontstaat in gezinnen en families die doorwerkt in de volgende generaties. Het tweede is dat ik merk dat organisaties en bedrijven een beetje vastlopen. Technisch gezien kun je van alles regelen, zoals het aanstellen van een vertrouwenspersoon of inrichten van een meldpunt waar anoniem kan worden gemeld, maar ik denk dat het wezenlijk is dat elke organisatie, elk mens eigenlijk, eerst moet vatten en begrijpen wat er eigenlijk gebeurt bij seksueel misbruik. Er zijn altijd drie partijen betrokken bij seksueel misbruik: degene die het overkomt, degene die het doet en de rest. We zijn eigenlijk pas net begonnen om überhaupt te begrijpen hoe de dynamiek tussen die drie partijen werkt. Bij onthulling staat veel op het spel. Pas als mensen die het is overkomen en mensen die het hebben gedaan, of het willen doen, op een veilige manier hun ervaringen of hun gedachten kunnen delen, dan kunnen de systemen binnen bedrijven en organisaties gaan werken.'

U noemt in het gesprek bij de podcast *Het Uur* dat het preventief kan werken als er een plek is voor daders of potentiële daders van seksueel misbruik, waar ze terecht kunnen om hun gevoelens te bespreken. Zou dit kunnen werken voor mensen die worstelen met seksueel grensoverschrijdend gedrag in de werksfeer? In Nederland bestaat al een hulplijn en die heet *Stop it Now*. Dat is een telefoonlijn en chat voor



Dagmar Punter en **Sanne Schreurs** zijn redactielid van dit tijdschrift.

Dr. Iva Bicanic is klinisch psycholoog. Ze is onderzoeker, EMDR-therapeut, hoofd van het Landelijk Psychotraumacentrum van het UMC Utrecht en directeur-bestuurder van het Landelijk Centrum Seksueel Geweld. Bicanic is gespecialiseerd in de behandeling van jonge slachtoffers van seksueel misbruik. Ze promoveerde op het onderwerp psychologische en biologische correlaties van verkrachting tijdens de adolescentie (2014), een onderzoek naar pubermeisjes en jonge vrouwen die een verkrachting hebben meegemaakt. Bicanic komt regelmatig in de media als expert op het gebied van traumabehandeling van de gevolgen van seksueel geweld.



mensen (en hun naasten) die worstelen met seksuele gevoelens voor een minderjarige, kinderporno kijken, een kind misbruikt hebben of bang zijn dat te gaan doen. Ik vind het heel goed dat die lijn er is. Nu zijn meldpunten en vertrouwenspersonen op de werkvloer gericht op degenen die misbruik overkomen. Maar of mensen die over de grens zijn gegaan zich zouden gaan melden, tja, dat weet ik niet. Het loopt vaak niet goed af voor die mensen als zij hun mond open doen of zichzelf laten zien. De angst voor sociale uitsluiting is groot. In veel zaken die de media bereikten, hebben we dat gezien: mensen worden weggestuurd, uit de groep gezet. Matthijs van Nieuwkerk (waar het overigens geen seksueel grensoverschrijdend gedrag betrof) en nu ook weer de directeur van Atria: weggestuurd. Dat zie je ook in gezinnen. Een broer heeft het gedaan. Die wordt dan, hup, uit de groep gezet. Maar die mensen zijn familie en gaan elkaar toch weer tegenkomen. Die zullen zich toch tot elkaar moeten verhouden. Wat je zou willen is dat diegene die over de grens is gegaan zijn gedrag onder ogen ziet, het toegeeft en bij zichzelf te rade gaat hoe het heeft kunnen gebeuren, maar bij die groep blijft en met die groep de gelegenheid krijgt om met nieuw gedrag te oefenen waarbij veiligheid voorop staat. Dat is misschien een utopie, maar wat leren mensen die uit de groep worden gezet nu? En wat leren de omstanders? Als je over de grens gaat, word je eruit gezet. Het aanklaarten van het gedrag brengt vele risico's met zich mee. Voor mensen is het heel erg om sociaal afgewezen te worden. Negatieve gedachten over jezelf worden bevestigd. Je trekt je terug, je durft je niet meer te laten zien en het gesprek hoe je kan voorkomen dat je hiervan opnieuw wordt beschuldigd, wordt niet meer gevoerd. Je kan beter leren binnen de setting, dan dat je wordt weggestuurd.

Seksueel misbruik kent vele gedaantes en wordt vaak niet gezien

Komt het ook omdat we de complexiteit van het onderwerp zo lastig vinden?

De complexiteit zit er vooral in dat seksueel misbruik vele gedaantes kent en vaak niet gezien wordt. Het gebeurt in het donker of op een plek waar het niet de bedoeling is dat het gezien wordt. Er zijn meestal maar twee getuigen: diegene die het is overkomen en diegene die het heeft gedaan. Mensen vinden het bovendien moeilijk zich een voorstelling te maken van seksueel misbruik. Het beeld dat we hebben is het stereotype beeld van de verkrachting, zoals we die in films en bij programma's als *Opsporing verzocht* zien, met geweld en duw- en trekwerk. Die stereotiepe beeldvorming is onhandig, want met name jongeren kunnen dat beeld niet rijmen met een vriendje dat te ver gaat, of je eigen broer die aan je zit. Het Centrum Seksueel Geweld heeft een chat en daar melden zich duizenden jongeren per jaar. De meeste van die jongeren worstelen met de basisvraag: is het wel misbruik wat mij is overkomen? Dat is ook het probleem van seksueel misbruik op de werkvloer. Diegene die het is overkomen volgt dat stereotiepe plaatje van de verkrachting die plaatsvindt nadat je van de fiets bent getrokken en in de greppel ligt: ja, dan is het wel duidelijk. De meeste gevallen van seksueel misbruik

passen alleen niet in dat plaatje, waardoor mensen zichzelf niet meteen zien als slachtoffer of als dader. Er zijn zoveel typen en vormen van misbruik, ook online, hands on, hands off, een keer, meerdere malen, chronisch, herhaling, combinaties. En je kan pas gaan vertellen wat je is overkomen aan je leidinggevende of aan jouw partner of wie dan ook, als je het jezelf hebt verteld. Maar hoe dan?

De complexiteit zit hem ook in de afweer die gepaard gaat met misbruik. Alle kinderen die bij mij komen vertellen wat ze allemaal hebben gedaan om het te proberen te vergeten. Grote mensen doen dat net zo, ze willen vergeten. Degene die het heeft gedaan, die wil het ook vergeten. Die denkt: maar zó ben ik niet! En dan zit er ook nog afweer jegens de ongemakkelijke realiteit, namelijk de kans die zeven keer groter is dat je wordt misbruikt door iemand die je kent dan door een vreemde. En als je dat tot je neemt, hoe moet je die wetenschap integreren in het dagelijks leven? Wat betekent dat voor de gesprekken met jouw kinderen? Ik heb het over kinderen, maar die kinderen worden natuurlijk volwassenen. En dat herhaalt zich vaak, want een fors deel van de misbruikte kinderen wordt opnieuw misbruikt.

Op dit moment tijdens het interview ontvangt Bicanic het Nationaal Actieplan Seksueel grensoverschrijdend gedrag en geweld op haar telefoon.

O, wat leuk, dit floept echt nu binnen. Ik vind het heel erg goed dat dit plan er is! En natuurlijk vraag ik steeds weer aandacht voor die andere doelgroep, die we niet mogen vergeten. We vinden het echt heel erg moeilijk om dit onderwerp, seksueel misbruik in de thuissituatie, dichterbij ons te halen, maar we moeten er wat mee. We moeten het goed en grondig doen en constructies maken die over tien en twintig jaar nog steeds werken.

Zijn er manieren voor professionals, bijvoorbeeld mediators, om signalen van misbruik en de afweer te herkennen en ermee om te gaan?

Je kunt het merken aan terminologie. Mensen gaan het kleiner maken. Ik heb dat zelf trouwens met het woord 'seksueel grensoverschrijdend gedrag'. Ik denk altijd: het is allemaal gewoon een vorm van seksueel misbruik. Maar als je het zo noemt, zeggen sommige mensen: 'ho, ho, nou, nou, pfff, dat is wel zwaar uitgedrukt'. Je kunt het merken als mensen de dingen niet bij de naam noemen. Je kunt het merken doordat mensen aan *victim blaming* doen. Wil je het onderwerp onder ogen zien, dan ga je ook je eigen kwetsbaarheid voelen, want je denkt: het kan mij of mijn zoon of dochter ook overkomen. Dat vinden mensen niet fijn om te voelen. Om van hun eigen ongemak af te komen, gaan mensen dingen bedenken om het te verontschuldigen, bijvoorbeeld dat het ook iets met de ander te maken kan hebben. Dat is ook afweer.

Grenzen moeten ook aangeleerd worden, bijvoorbeeld tijdens de opvoeding. Als dit niet goed gebeurt, is er dan een extra risicofactor dat je misbruik minder snel herkent?

Ik zou willen dat ik dat kon bevestigen en beantwoorden, maar dan zou ik eigenlijk zeggen dat als je grenzen meegeeft

aan een kind, er geen misbruik gaat gebeuren en dat is niet zo. Je kunt tegen je kind zeggen dat alles wat onder je ondergoed zit, van jou is. Dat is altijd goed. Het ding is dat iemand die een kind gaat misbruiken meestal niet meteen die hand in de onderbroek stopt. Als iemand dat doet, dan komt het kind waarschijnlijk meteen zeggen dat de buurman met zijn hand in de onderbroek zat. Zo gaat misbruik niet. Die grenzen worden in een eerder stadium al overschreden, maar het kind heeft dat nog niet door. Op het moment dat die hand wel in die onderbroek gaat is er al veel aan vooraf gegaan. Aan betastingen, affectie, aandacht of juist geweld, onveiligheid en bedreigingen. Seksueel misbruik in het gezin en huiselijk geweld hangen vaak met elkaar samen. Daar zit denk ik een misvatting en dat is ook weer beeldvorming. Hoe denken mensen eigenlijk dat het ontstaat, dat misbruik van een kind? Ik heb dat bijvoorbeeld met assertiviteits- en weerbaarheidstrainingen. Er zijn heel veel van die trainingen gekomen sinds #MeToo en sinds *The Voice*. Mensen denken dat een kind misbruik herkent en kan aangeven het niet te willen. Maar dat is niet zo. Het is heel belangrijk dat mensen begrijpen dat seksueel misbruik zo meestal niet gaat. Als we blijven denken dat het zo gaat, kunnen kinderen die misbruikt zijn een verkeerd signaal krijgen, namelijk dat ze het hadden kunnen stoppen. Dat is precies wat kinderen die slachtoffer zijn vaak denken. Ze lopen vast op schuld, op het gevoel dat ze het hadden kunnen stoppen. En dat kun je misschien zien als je 32 bent, maar niet als je 7 bent.

Hoe verloopt het wel?

Om te weten hoe seksueel misbruik verloopt, moeten we ons een beeld willen vormen van hoe het eruit ziet, wat het eigenlijk is, wat eraan voorafgaat voordat het komt tot seksueel contact. Ook moeten we het beeld van de pleger onder ogen komen, want het is niet altijd iemand die denkt: 'gna, gna, buurmeisje van 7, die ga ik lekker pakken.' Nee, het is vaker: het buurmeisje komt vaak bij de burens, er wordt voor gezorgd, zij gaat deel uitmaken van hun leven. Er groeit meer vertrouwelijkheid, er komt steeds meer intimiteit. Sommige mensen krijgen vervolgens seksuele gevoelens voor dat kind en handelen ernaar. Mensen denken dan automatisch aan een pedofiel, maar in de meeste gevallen vindt het misbruik van kinderen plaats door een heteroseksuele volwassene. Het is niet allemaal zo zwart-wit. En wij mensen denken graag in scenario's en hokjes en vinden dat makkelijker, want dat geeft ons een gevoel van controle. Met betrekking tot dit onderwerp willen we graag controle. Die controle is er niet, behalve als je je kinderen in de schuur opsluit. En dat moet je niet willen.

Traumaverwerking gaat er over dat jij met een ander perspectief terugkijkt op wat jou is aangedaan of overkomen

In de hoek van *restorative justice* is er ook een ontwikkeling gaande waarin tussen dader en slachtoffer dialogen worden gehouden bij seksueel misbruik. Hoe kijkt u daarnaar?

Ik ben daar heel positief over. We hebben in Nederland gelukkig veel aanbod voor traumabehandeling, maar er zit



wel een limiet aan wat je daarvan kan verwachten: komt iemand echt van, bijvoorbeeld, PTSS af? In 70 tot 80% van de gevallen werkt het, maar soms niet. En je kan wel van je PTSS afkomen, maar dan kan je nog steeds wel problemen houden met andere domeinen in je leven. De confrontatie met degene die het heeft gedaan, omdat het vaak een gegeven is dat die persoon op de een of andere manier toch wel vaak in jouw leefwereld blijft, kan voor beide partijen wat opleveren. Ik heb daarin positieve ervaringen opgedaan met perspectief herstelbemiddeling. Daar heb ik gezien dat door zo'n eenmalige ontmoeting een verschuiving kan plaatsvinden die in het belang is van traumaverwerking. Traumaverwerking gaat er eigenlijk over dat jij met een ander perspectief terugkijkt op wat jou is aangedaan of overkomen. Die draai kun je met traumabehandeling proberen te bewerkstelligen, maar dat kan ook met een ontmoeting als perspectief herstelbemiddeling van tevoren inschat dat het beiden wat kan opleveren. Bij zo'n ontmoeting kunnen zich, grof gezegd, drie scenario's voordoen:

1. De pleger, of ik praat eigenlijk liever over degene die het plegergedrag heeft vertoond, kan zeggen: 'Ja, ik heb dat gedaan, ik had dat nooit mogen doen. Het is niet jouw schuld, het is mijn verantwoordelijkheid en ik erken de schade die ik bij jou heb veroorzaakt.' Dat scenario kan, maar dat gebeurt niet veel.

2. De pleger zegt: 'Dat heb ik helemaal niet gedaan.' Het hele gebeuren wordt ontkend. Het zal in dat geval niet snel tot een ontmoeting komen.
3. De pleger zegt: 'Ik heb het gedaan', en dan komt er snel achteraan 'maar' en dan: 'het is zo lang geleden', of 'hoezo heb je daar nog steeds problemen mee', of 'jij wilde het ook en we hebben toch samen plezier gehad' of 'ik heb toch therapie gehad', 'ik ben geen slecht mens' of 'het was toch maar één keer en ik heb toch sorry gezegd?' Het 'ja-maarscenario' dus. Daar hoeft je geen psycholoog voor te zijn om te begrijpen: dat gaat geen erkenning geven. Dit is het scenario dat denk ik het meest voorkomt.

Ik ben een optimistische traumabehandelaar

Kan het ja-maarscenario het trauma verergeren?

Ja, dat kan traumatiserend zijn, want het slachtoffer hoopt toch op het eerste scenario en als dat niet volgt, kan dat extra pijn doen. Voorbereiding kan het verschil maken. Met een van mijn patiënten die zo'n confrontatie aanging, heb ik samen met de behandelaar van de pleger, die veel van het gedrag van plegers afweet, de drie scenario's voorbereid. Die noemen we a, b of c en we legden uit hoe die scenario's eruitzien. De behandelaar van de pleger gaf een soort minicollege over hoe iemand met plegergedrag redeneert en hoe moeilijk het voor die persoon is om zijn eigen gedrag onder ogen te zien. Doordat de patiënt daar helemaal op voorbereid was, herkende ze in de ontmoeting scenario c meteen en kon ze daar ook op anticiperen. Het raakte haar op geen enkele manier en ze was niet teleurgesteld, want ze was voorbereid. Zij was in staat het gedrag van de pleger te begrijpen, zonder er begrip voor te hebben, waardoor zij ook verder kon met dat ja-maarscenario.

Het voorbeeld betrof een ouder iemand, die vanuit zijn perspectief verliefd was geworden op mijn patiënt, toen een puber. Hij voelde liefde voor die persoon en dacht: het voelt

goed, dus het is goed, ik bedoel het niet verkeerd. Verliefd of niet: het is nog steeds een strafbaar feit, maar zo kan iemand het voor zichzelf goedpraten en zichzelf niet zien als iemand die fout zit. Daarom is het zo belangrijk dat slachtoffers vanuit hun behandeling ook informatie krijgen over hoe het gedrag werkt vanuit een plegerperspectief. Het is eigenlijk heel raar dat vanuit de GGZ plegers en slachtoffers vanuit verschillende instellingen benaderd worden. Je zou het veel meer samen moeten doen, de laatste jaren proberen we dat ook meer.

Omdat herhaling plaats kan vinden en slachtoffers daders worden?

Dat is wel een beetje een mythe hoor. De meeste slachtoffers van seksueel misbruik worden geen dader, maar opnieuw slachtoffer.

U spreekt in het gesprek bij de podcast *Het Uur* over de kracht van mensen om verder te komen. Betekent dit dat u redelijk optimistisch bent over de mogelijke toekomst van mensen die dit hebben meegemaakt?

Ja, dat ben ik. Ik ben een optimistische traumabehandelaar. Ik merk ook dat er steeds meer jonge mensen zijn, en dat komt denk ik ook door sociale media, die ermee naar buiten komen en onderkennen dat ze zijn misbruikt, dat het invloed heeft gehad en heeft op hun leven, dat dit nog steeds moeilijk is, maar dat ze een goed leven hebben. Ze zijn realistisch over wat hen is overkomen en dat dit nooit had mogen gebeuren, niet hung schuld is en nog steeds impact heeft, maar ze hebben perspectief. In plaats van dat ze 'leren leven met', nemen ze de regie. Ze hebben inzicht, snappen wat de impact is en weten wat ze moeten doen, ook als ze een terugval hebben. Dat is een hele andere boodschap dan twintig jaar geleden, toen je het er niet over mocht hebben. Die nieuwe garde zegt: 'Ja, ik ben misbruikt en ik heb een prettig leven. Soms is het moeilijk en ik weet wat ik dan moet doen.' Dat biedt ook perspectief aan anderen. ■

NOOT

1. Uitspraak uit de podcast *Het Uur* van 23 september 2023, waarin Iva Bicanic te gast was.