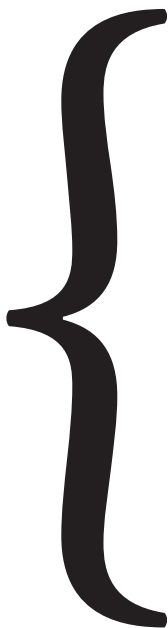


TRAUMASEKSUALITEIT

Seksueel misbruik is een aanslag op de ziel



TRAUMASEKSUALITEIT

ALS JONGEN SEKSUEEL MISBRUIKT
MANNEN TUSSEN SLACHTOFFER- EN DADERSCHAP

PETER JOHN SCHOUTEN



jongen

dit boek in **21** kernwoorden
in het eerste **moment** van
seksueel **misbruik** wordt ernstige
schade aangericht als er geen aandacht voor
is dan kom je in de **tussentijd** en ben je
water gebeurde in het moment **vergeten** maar
je **leeft** de **schade** uit
in een **psychische dwarslaesie** en je
bent **traumaseksueel** na vele jaren komt op een dag de
ervaring terug in je **bewustzijn** en moet de
verwerking beginnen
die gaat in fasen waarin je eerst het **geheim** moet doorbreken
en je pijnlijke ervaring **onder ogen** moet leren zien
en ook **tegenstrijdige dilemma's** moet oplossen
je moet **afscheid** nemen
van de **zes** verbindingen met de **dader**
pas daarna kun je **jezelf** weer worden en het
trauma achter je laten met
betekenis en
vergeving

© 2016 PETER JOHN SCHOUTEN

VORMGEVING: RICHARD WENDLING, UTRECHT

ISBN 978 94 6301 0429

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

traumaseksualiteit.nl

Uitgeverij Eburon

Postbus 2867

2601 CW Delft

tel.: 015-2131484

info@eburon.nl / www.eburon.nl

INHOUDSOPGAVE

VOORAF	11
Voor wie	13
Onderzoek	15
Inhoud	17
1 HET MOMENT	21
1.1 Het moment	23
A De shock	25
B De seks	29
C Verlies van je kind-zijn	33
D Hulpbehoevend worden	34
E Het geheim	35
F Moment wordt een verloren seconde	38
1.2 Vóór het moment	41
1.3 Ná het moment	45
2 DE SCHADE	53
A De schade door de shock	56
B De schade door de seks	71
C De schade door het verlies van het kind-zijn	80
D De schade door de hulpbehoevendheid	85
E De schade door het geheim	86
F Het moment wordt een verloren seconde in de tijd	87
Jong misbruikt	91
De tussentijd: drie krachten	95
3 GEVOLGEN VAN DE SCHADE	105
Inleiding tot psychische dwarslaesie	107
A Gevolgen van de schade door de shock	109
C Gevolgen van de schade door verlies kind-zijn	126
D Gevolgen van de schade door de getuigezucht	129
E Gevolgen van de schade door het geheim	130

F	Gevolgen van de schade door de verloren seconde	132
B	Gevolgen van de schade door te vroege seksualiteit	138
	Traumaseksualiteit	139
1	Tweestrijd	139
2	Actief slachtofferschap	147
3	Identiteitsvragen	162
4	HERSTEL VAN DE SCHADE	175
F	Het verwerkingsproces	177
E	De daad en de draad	183
1	Serius nemen/niet meer bagatelliseren	185
2	Geheim onthullen	188
3	De reconstructie van de ervaring	191
	De zes verbindingen met de dader	195
A	Afscheid shock	196
1	Herstellen van de shock/angst	197
B	2 Herstellen van de shock/macht	200
C	3 Sociale context van de dader verlaten	206
D	4 Rolmodel aannemen/verwerpen	211
5	Het probleem van de dader teruggeven	212
6	Houden van en loyaliteit	213
	Live dader-confrontatie: ik kan de dader aan	214
	Integratie	219
	Betekenis	225
	BIJLAGEN	229
	Partners	229
	Ouders	261
	Tegenkrachten	269
	Aanbevelingen herstel	275
	Definities	279
	Bronnen	285
	DANKWOORD	289

VOORAF

DIT BOEK IS EEN GESTRUCTUREERDE SCHETS
DIE DE WAARHEID RONDOND SEKSUEEL MISBRUIK VERKENT
HET KOMT VOORT UIT OBSERVATIES VAN DUIZEND LEVENS
VAN MANNEN DIE IN HUN JEUGD SEKSUEEL ZIJN MISBRUIKT
HET BIEDT MODELLEN EN SCHEMA'S DIE JE HELPEN
OM VERDER TE ZOEKEN NAAR JE EIGEN WAARHEID

Leesaanwijzing

Dit boek is een gestructureerde schets die de waarheid rondom seksueel misbruik verkent. Het komt voort uit observaties van duizend levens van mannen die in hun jeugd seksueel zijn misbruikt. Het biedt modellen en schema's die je helpen om verder te zoeken naar je eigen waarheid. De theorie wordt ondersteund door veel citaten van mannen. De schrijfstijl is voornamelijk in de je-vorm. Dat betekent dat je geen afstand kan houden van wat je leest. Het is ook de bedoeling dat het onderwerp je dicht aan de huid komt. Dat is een bewuste keuze. Een abstracte en afstandelijke manier van schrijven zou minder recht doen aan de doelgroep en de ernst van de zaak kunnen versluieren. Leg dit boek liever een poosje weg en pak het later weer op. Daders kunnen zowel man als vrouw zijn. Lees waar hij staat hij/zij.

VOOR WIE

Slachtoffers en daders van seksueel misbruik

Dit boek is geschreven voor mannen die in hun jeugd seksueel misbruikt zijn. Daders lezen wat ze met hun seksuele overval in een paar minuten hebben aangericht in een jongensleven. Ook voor partners, familieleden, hulpverleners en betrokkenen is dit boek een bron van informatie.

Zowel slachtoffers als daders zullen zich herkennen in actief slachtofferschap. In verschillende seksuele rollen in traumaseksualiteit, met zijn enorme herhalingskracht, wordt de scheidslijn tussen dader- en slachtofferschap erg dun. De scheiding is meestal alleen het geweten en enig inlevingsvermogen naar de slachtofferkant.

Aanleiding

De aanleiding om te schrijven is dat er veel te weinig kennis is over de schade, de gevolgen en het verwerken van seksueel misbruik. Het is dringend nodig dat daar verandering in komt. Alle onderzoeken wijzen uit dat seksueel geweld veel voorkomt, ook met jongens als slachtoffer. Naar schatting vijf tot vijftien procent van de mannelijke bevolking heeft er mee te maken gehad en het komt voor in alle klassen en lagen van de bevolking. Het zijn grote aantallen. Seksueel misbruik kwam al als bijna vierjarige op mijn weg en dat heeft mij gedwongen om mij ermee bezig te houden. In mijn werk als hulpverlener begon ik in de tachtiger jaren te pionieren met een hulpaanbod voor deze doelgroep, zonder diepgaande kennis maar wel geschoold in het werken met trauma. Seksueel misbruik was in die tijd gepatenteerd door de vrouwenbeweging waardoor mannelijke slachtoffers gezien werden als vijand. Mannen moesten gewoon daders blijven. Tegen de verdrukking in ben ik stug doorgegaan. In de tijd van nu blijkt er nauwelijks verschil te zijn in de effecten van seksueel misbruik voor meisjes of jongens. Hoewel de schade hetzelfde is, zijn in de gevolgen van de schade seksespecifieke verschillen waar te nemen. Dat is bijvoorbeeld te zien in hoe er met slachtofferschap en emoties wordt omgegaan. Er zijn veel vrouwen die de theorie en modellen uit dit boek herkennen en omarmen.

Traumaseksualiteit

Door seksueel misbruik word je traumaseksueel. Traumaseksualiteit is de onzichtbare drijfkracht onder verslavingen, onder ouderschap, onder huiselijk geweld, onder echtscheidingen, onder seksverslaving, onder ondernemerschap in de seksindustrie, onder hoerenlopen, onder gender issues, onder verwarde seksualiteit, onder criminaliteit.

Een andere aanleiding om dit boek te schrijven is de ontkenning en de ernstige verwaarlozing van de doelgroep door de overheid. Je moet het weten voordat je het kan zien maar wat als niemand het wil weten? In de bijlage over de collectieve ontkenning geef ik enkele aanbevelingen voor erkenning en preventie.

ONDERZOEK

Empirisch onderzoek

Dit boek komt voort uit empirisch onderzoek. De basis is de verzamelde informatie vanuit duizenden hulpverleningsgesprekken, psychodramasessies, groepsbijeenkomsten en vele gesprekken met collega-hulpverleners. Ook de honderden vragen, reacties en bijdragen op mijn website leverden veel gedetailleerde informatie op. Zie: seksueelmisbruik.info

Ik nam waar, observeerde, concludeerde, maakte een model, testte uit en concludeerde opnieuw. Het proces ging van praktijk naar theorie, naar stellingen, naar (werk-) modellen. Kan ik voor deze doelgroep geldende conclusies trekken en uitspraken doen die ertoe doen? Of nog sterker: kan ik stellingen poneren die als waarheid aangenomen kunnen worden?

In mijn dagelijkse werk met mannen ontdekte ik waarheden die ik niet kwijt kan in de reguliere hulpverlening. Seksueel misbruik is een complex en veelomvattend probleem en door de daarmee samenhangende klachten zijn een veelheid aan diagnoses te stellen. Angststoornis, depressie, borderline, narcisme. Ze zijn echter nooit helemaal passend en ze beschrijven slechts de uitingvormen maar niet de kern van het probleem. Ik heb hier bewust geen gangbare DSM-V-codes gebruikt die de standaard verbindingstaal is geworden voor hulpverleners. Ik ben van mening dat het meer hindernissen opwerpt en juist vermijdende stappen zijn. De diagnose depressie of angststoornis is zo gemakkelijk gemaakt en dan weet iedereen wel waar het over gaat. Maar als de oorzaak van een diagnose traumaseksualiteit* is of er een psychische dwarslaesie* speelt, dan vergt dat een andere benadering. Dan begint het meer in de richting te gaan waar het over zou moeten gaan. Waar het echt over gaat. Sommige mannen vinden diagnoses gewelddadig en voelden het als een opnieuw verkracht worden door arrogantie en betweterigheid van een hulpverlener. Het vergt vanuit de rol van de hulpverlener een speciale houding en een andere bejegening dan een aanpak met een vast protocol.

Het onderzoek is gebaseerd op de praktijk. Het is uit de praktijk voortgekomen en gebaseerd op observaties. Voorzichtig kan ik zeggen dat observaties in de buurt komen van een zekere realiteit. Door de vele reacties en overleg met collega's werd mij steeds opnieuw bevestigd dat een beschreven conclusie

* zie latere hoofdstukken in dit boek.

raak was. De sjablonen, de kaders en modellen sluiten aan bij de problematiek van de meeste cliënten. De meest gehoorde reactie is: *'Eindelijk wordt beschreven hoe het met mij zit, dit ben ik, ik kom thuis'*. Dat gaf enorme hoop en energie om verder te gaan.

Ik bekijk seksueel misbruik in dit boek vanuit een psychologisch, psychodramatisch en psychotherapeutisch perspectief. Ik heb mijn waarnemingen en observaties gedaan in situaties waar mannen spontaan lieten zien wat hen bezield in hun handelen. Ik kreeg enorm veel verborgen informatie uit levens van levens na seksueel misbruik. Ik werd geconfronteerd met steeds dezelfde thema's die uit de ervaringen kwamen. Ik had gewaarwordingen in gesprekken tussen mij en seksueel misbruikte mannen en ervoer de specifieke dynamiek. In mijn vak - psychodrama - tonen mensen delen van hun innerlijke wereld op een toneel. Daar opende steeds opnieuw een onbekende wereld die mij steeds bekender voorkwam: dit is de innerlijke wereld van iemand die als jongen misbruikt werd.

Dit boek is de empirische vastgestelde werkelijkheid rondom seksueel misbruik van jongens. Het is een poging om deze werkelijkheid in de realiteit van de alledaagse wereld te brengen. Een niet-bestaande geheime wereld, bekend te maken en te laten integreren in relaties, gezinnen en de samenleving.

Details

Hoe maak je van een grote chaos een beetje orde? Hoe maak je van alle afgesplitste delen, met elk hun tegenstrijdigheden weer één geheel? Dit boek staat vol met details. Alle details beschouw ik als dienend en bijdragend aan het grote geheel. In het proces naar het eenvoudig maken van deze complexe materie moest het eerst ingewikkeld worden. Het rijpte van chaos naar orde. Aan het eind van het schrijfproces is het eigenlijk heel eenvoudig geworden. Filosoof Spinoza zei dat alles een oorzaak, een oorzakelijk verband heeft. Ook hier is er een oorzaak en een helder gevolg. Maar een gevolg met een zeer mistige uitwerking. Die mist komt doordat we mensen zijn met gevoelens en geheimen. Die staan helderheid in de weg.

Peter John Schouten, Utrecht 17 maart 2016

INHOUD

Horizontale structuur

De structuur van dit boek is gebaseerd op de volgorde in tijd waarin de verschillende fasen na seksueel misbruik zichtbaar zijn. Dat zijn eerst de gebeurtenis (het moment), de schade, de gevolgen van de schade en tot slot het helingsproces. In tijd beslaat het moment slechts een enkele seconde, de schade wordt tijdloos en de gevolgen beslaan meestal tientallen jaren. Die jaren kun je zien als een incubatietijd, in dit boek benoemd als de tussentijd. Het verwerkingsproces volgt daarop en duurt van enkele maanden tot enkele jaren.

Verticale structuur

De verticale structuur volgt de inhoud van de ervaring. Het gaat hier om het indelen en beschrijven van de diepte van de ervaring en om de verscholen gevoelens in woorden te vatten. Het is een beschrijving van een chaotische situatie waarbij logische verbindingen in het innerlijk werden verbroken. Tijd en plaats kwamen beiden in een andere dimensie terecht. In sommige gevallen is daarom een meer intuïtieve volgorde aangehouden. Dit doet een extra beroep op de lezer die zo betrokken wordt bij de zoektocht naar helderheid die ieder slachtoffer moet lopen. Dat gebeurt met name in het hoofdstuk over de gevolgen: de schade die geleefd wordt. Door de enorme impact van het misbruik op het hele leven heb ik mij daar een meer intuïtieve volgorde toegestaan. Daarbij was het streven naar eenvoud en begrijpelijkheid de leidraad.

Het is zo ingewikkeld geworden doordat we vele gevoelens hebben die de eenvoud verhullen.

DE VIER HOOFDSTUKKEN

Het moment is de beschrijving van de ervaring tijdens het seksueel misbruik. De schade is de beschouwing en de analyse van de schade van de ervaring. De tussentijd zijn de observaties van de geleefde schade. Verwerking is een procesbeschrijving van het herstel van de schade.

Het moment bestaat uit meerdere onderdelen.

1 Het moment

Hoofdstuk 1 is de beschrijving van wat er gebeurt in het eerste moment dat een kind door een volwassene seksueel wordt aangeraakt. Dit ene moment is de basis van dit boek. Het moment wordt onder een vergrootglas gelegd en dan zijn er vijf belangrijke onderdelen te onderscheiden: de shock, de seksualiteit, het verlies van het kind-zijn, het geheim en de behoefte aan een getuige. Het moment zelf wordt vastgelegd in de allesomvattende verloren seconde.

Van elk onderdeel wordt de schade diepgaand beschreven.

2 De schade

Hierin een beschrijving van de schade die ontstaat door de ervaringen in het moment. Hier komen de schadelijke effecten van de vijf belangrijke items aan de orde. De shock die angst, onmacht en verdeeldheid aanbrengt. De te vroege seksuele ervaring die een vaste verbinding legt, een seksuele imprint maakt en effect heeft op de verdere seksuele ontwikkeling. Het verlies van het kind-zijn komt terug in de beschrijving van de pseudo-volwassenheid. Verder wordt beschreven hoe het geheim geconstrueerd wordt tot onwrikbaar. Doordat anderen geen deelgenoot gemaakt kunnen worden van een schokkende seksuele ervaring, start een leven met eenzaamheid waar de behoefte aan verlossing door een getuige een kwelling wordt.

Elk onderdeel van de schade heeft vergaande gevolgen.

3 De gevolgen van de schade

In dit hoofdstuk worden de enorme gevolgen van die schade zichtbaar. Beschreven wordt hoe de schade zich in een 'tussentijd' jarenlang kan tonen in het leven zonder dat daar bewustzijn over is. Alle onderwerpen uit de twee vorige hoofdstukken komen weer terug. Het moment en de daarin aangerichte schade worden verbonden met het leven van alledag. Met elkaar vormen de effecten van de shock, het verlies van het kind-zijn, het geheim en de getuigezucht een complex van problemen. Zij worden gevat onder de noemer psychische dwarslaesie. Kenmerken hiervan zijn de innerlijke verdeeldheid, de verlamming en de halfheid.

De schadelijke effecten voor de seksualiteit komen terug onder de noemer traumaseksualiteit. De kenmerken hiervan zijn: verwarring omtrent seksuele en sekse-identiteit, vaste, verslavende seksuele patronen en driehoeksrelaties. Beide begrippen zijn erg belangrijk omdat zij aan het licht brengen hoe seksueel misbruik leidt tot een geschaad leven. Alle begrippen en uitingsvormen worden tot in detail beschreven in twee subhoofdstukken.

Het herstel van de schade vindt plaats in het verwerkingsproces.

4 Herstel van de schade

Het helen is in feite een natuurlijk proces waarin een zekere volgorde te ontdekken is. In dit hoofdstuk wordt beschreven wat er gedaan moet worden. Het zijn natuurlijk de schadelijke elementen uit het moment die geheeld moeten worden. Alle onderdelen van de daad als ervaring uit het moment en de draad als symbool voor de verbinding tussen dader en slachtoffer komen één voor één aan de orde. Beschreven wordt hoe het geheim doorbroken kan worden en hoe moeilijk het is om onder ogen te zien wat er dan tevoorschijn komt. Door te reconstrueren van wat er in het moment gebeurde en de schade te doorvoelen, komt er beweging. Hier komen alle onderdelen van de shock, de te vroege seksuele ervaring, het verlies van het kind-zijn, het geheim en de getuigezucht weer terug in het bewustzijn. Deze worden beschreven in de zes verbindingen met de dader en hoe deze verbroken moeten worden. Bij herstel hoort ook zingeving. Nadat veel werk is verricht en de dader zijn macht heeft verloren breekt een periode van leegte en herordening aan. Daarna volgt nog een beschrijving van hoe betekenis te geven aan de traumatische seksuele ervaring en het vergeven van de dader.

BIJLAGEN

De zes bijlagen: partners, ouders, tegenkrachten, aanbevelingen, definities en bronnen. In de bijlagen is aanvullende informatie te lezen voor partners en voor ouders van mannen die in hun jeugd seksueel misbruikt zijn. De bijlage 'tegenkrachten' is een beschrijving van de vele krachten van buitenaf, die de weg naar herstel kunnen versperren. In de bijlage 'aanbevelingen' staan ideeën over sociale bemoeienis, over preventie en over hulpverlening. In de bijlage 'definities' staan de definities, de uitgangspunten en de begrippen die in dit boek worden gehanteerd. Tot slot staan in de bijlage 'bronnen' de bronnen die de basis vormen voor dit boek.

