

Omstanders over seksueel misbruik

TEKST: **Iva Bicanic** en **Arno Terra**

Slachtoffers die negatieve of beschuldigende opmerkingen krijgen van hun omgeving als reactie op hun onthulling over seksueel misbruikervaringen. Dit veel voorkomende fenomeen heeft de laatste jaren vaker aandacht gekregen, onder andere met een artikel in het EMDR Magazine #26. Dat artikel beschrijft verschillende vormen van victim blaming en wijst op de psychische schade die de reactie van omstanders kan veroorzaken, de zogeheten second rape. Maar bedoelen omstanders het echt zo slecht?

Om te begrijpen wat er in omstanders omgaat, plaatsten we een aantal vragen op www.vertelpunt.nl. We vroegen mensen die zelf geen ervaring hebben met seksueel misbruik (verder te noemen: omstanders) via LinkedIn om op vertelpunt.nl te delen hoe het voor hen is om geconfronteerd te worden met seksueel misbruik in de media, en met onthullingen van iemand in de nabije omgeving. In een tijdsbestek van 24 uur bekeken 2477 mensen de website, waarvan er 580 reageerden op de vragen. De opvallende observaties en patronen in deze verhalen verzamelden wij, om de betekenis ervan te duiden.

Wat vertellen omstanders?

Duidelijk werd dat seksueel misbruik de omstanders niet koud laat. Zij vertelden dat hun primaire reactie op een onthulling sterke emoties bevat: afschuw, zelfverwijt, machteloosheid, angst, onbegrip, woede, walging, ongeloof en verdriet. Fysieke reacties op een onthulling noemden omstanders ook: kippenvel, brok in de keel, rillingen, maag draait om, misselijk, fysiek onwel, en pijn. Omstanders

reageerden in eerste instantie ook vaak met de actie-modus: ze willen iets doen of ze willen zien dat het slachtoffer iets doet, bijvoorbeeld aangifte doen bij de politie. Ten tweede is het opmerkelijk dat slechts een minderheid vertelde zich al dan niet bewust schuldig te hebben gemaakt aan victim blaming (en zich daarvoor te schamen). In de derde plaats kon maar een kleine minderheid vertellen hoe het voelt om echt in de schoenen van het slachtoffer te gaan staan en dan te beseffen wat die ervaart, welke invloed het misbruik op het slachtoffer heeft, en wat er voor die persoon in het geding is (geweest) of nog steeds op het spel staat. Richting de pleger viel het onbegrip op ('Waarom doet iemand zo iets?'), evenals enorme woede en sociale afwijzing door nagenoeg alle omstanders, én de behoefte om het misbruikgedrag te bestraffen. Ook ontbreekt empathie voor de dierbaren van de pleger (die indirect ook slachtoffer zijn). Ten vierde kwam naar voren dat omstanders het bijzonder vinden dat de onthulling als een koude mededeling kwam: 'Tussen neus en lippen door'. Tot slot valt op hoe graag de omstanders er voor de slachtoffers



willen zijn. Wel blijken omstanders zelf ook te moeten verwerken wat ze zojuist hebben gehoord. Daarom stellen ze vragen als hoe, wie en waarom en willen ze weten van het slachtoffer wat er precies is gebeurd. Ook voelen ze zich onzeker over wat ze concreet kunnen of moeten zeggen als reactie op een onthulling. Veel omstanders geven aan dat ze uit ongemak helemaal niets zeiden.

Duiden van de verhalen

Wat het meest in het oog springt in de verhalen van omstanders zijn hun goede intenties en hun eigen emoties. Kort gezegd: omstanders vinden het vreselijk en willen er voor het slachtoffer zijn. Zij denken empathisch te zijn door hun emoties aan de slachtoffers te laten zien. Toch is het de vraag of slachtoffers zich echt gesteund en begrepen voelen door de geraaktheid van hun omgeving. Het komt er in de praktijk immers dan vaak op neer dat het slachtoffer (de emoties van) de omstander moet opvangen in plaats van andersom. Dat verklaart misschien ook waarom de onthulling terloops wordt geuit: het slachtoffer houdt rekening met heftige emoties als het verhaal op tafel komt en anticipeert hier alvast op door het als een mededeling te brengen. Of misschien roept een onthulling aan zich voor slachtoffers, vanwege de onzekerheid over wat de impact ervan zal zijn, al zoveel spanning op dat zij hun gevoel uitschakelen. Omdat het slachtoffer zelf weinig emotie toont, zouden omstanders zich vervolgens geroepen...De meest verwoorde emoties van omstanders zijn schrik, boos, verdriet en walging en maar een klein deel reageert negatief of afwijzend richting slachtoffers om hen met hun eigen emoties een spiegel voor te houden. Het is ook de vraag of het slachtoffer geholpen is met de goedbedoelde actie-drang van omstanders ('Je moet nu...'), en hetzelfde geldt ook voor de sociale afwijzing van de pleger. Immers, pleger en slachtoffer zijn vaak bekenden van elkaar en dus verbonden met elkaar. Zo kan het gebeuren dat de goedbedoelde intenties van de omstander niet per se goed aansluiten op de behoeften van het slachtoffer aan erkenning en begrip. De omstanders zien de ander niet voldoende als zij in beslag genomen worden door hun eigen emoties of zich juist onverschillig opstellen. En daar zit nu juist de pijn bij slachtoffers: het niet gehoord en gezien worden. Met als mogelijk risico dat een slachtoffer besluit om de traumatische ervaringen niet meer te delen.

Empathie

Door een veelvoud aan onderliggende verhalen van omstanders wordt zichtbaar wat goed doet (misbruik-gedrag wordt afgewezen en laat mensen niet koud) en wat leed

toevoegt (omstanders worden zeker geraakt, maar vooral in hun eigen emotie en dit belemmert aansluiting bij de behoefte van slachtoffers). De meest verwoorde emoties van omstanders zijn schrik, boos, verdriet en walging en maar een klein deel reageert negatief of afwijzend richting slachtoffers. De eerste schok op de confrontatie met seksueel misbruik is eigenlijk een logische reflex van iemand die zelf geen ervaring heeft met seksueel misbruik. Maar het staat echte empathie in de weg, terwijl een slachtoffer daar nu juist behoefte aan heeft.

Wat kunnen we hiervan leren?

Als we deze ervaringskennis gaan benutten in de spreekkamer, dan kunnen onthullingen die daar aan ouders, partners of andere dierbaren worden gedaan prettiger gaan verlopen voor de slachtoffers. Dan kunnen we inderdaad spreken van 'delen is helen'. Enkele concrete tips richting omstanders: vraag eens hoe het nu gaat, in plaats van wat er is gebeurd. Wijs het misbruik-gedrag af in plaats van de gehele persoon. En probeer eens te luisteren zonder te oordelen. Als omstanders ruimte geven aan slachtoffers om te onthullen en te delen dan is dat van betekenis. Dat geldt zowel in als buiten de spreekkamer. Seksueel geweld is immers zowel een persoonlijk als een maatschappelijk vraagstuk. Het vaker bespreken van zulk persoonlijk leed maakt het vraagstuk uiteindelijk ook op maatschappelijk niveau bespreekbaarder. Hoe? Omstanders zouden zich kunnen oefenen in het vaker maken van een perspectiefwisseling. Dat wil zeggen dat ze als het ware in de schoenen van het slachtoffer gaan staan en dan zelf ervaren wat er voor dat slachtoffer op het spel staat of in het geding is. Het is dat *er echt zijn voor de ander* wat het verschil maakt, niet het goed bedoelde advies of het getoonde begrip.

Noot: het bevragen van omstanders via een oproep op LinkedIn is gevoelig voor bias. Ondanks deze beperking zijn we de deelnemers zeer dankbaar voor hun verhalen.

Iva Bicanic is klinisch psycholoog en bestuurder van het Centrum Seksueel Geweld

Arno Terra is werkzaam bij Merken & Meten, effectmetingen in de zorg en het sociaal domein www.merken-en-meten.nl, arnoterra@gmail.com



Referenties

Bicanic, I. (2021). Victim blaming. EMDR Magazine, 9 (26), 54-57.

De uitkomsten van de enquête zijn verwerkt in een bijdrage aan het Betweterfestival en via de QR code te bekijken.

