

MISBRUIK Kinderen zijn erbij gebaat om vroeg te leren praten over seksueel misbruik, zeggen experts. „Ze moeten weten dat het nooit hun fout is.”

Door onze medewerker **Floor Bakhuis Roozeboom**.

Illustratie **Claudia van Rouendal**

‘Ik voelde in mijn buik dat dit niet goed was’

Florine Schaap (35) uit Amsterdam werd 29 jaar geleden seksueel misbruikt door een man die ze niet kende. En hoeveel tijd er ook verstrijkt, ze blijft het moeilijk vinden om erover te praten. Dat ze het nu toch doet, is omdat ze de stilte rond misbruik wil doorbreken. „Het gebeurde in de bosjes bij mij in de buurt. Ik was pas zes, ik had geen idee wat seks was. Maar ik voelde in mijn buik dat het niet goed was wat deze man bij mij deed.”

Ze vertelde het destijds meteen aan haar ouders. Er volgde een gesprek met de politie en met een maatschappelijk werkster. Maar na die eerste gesprekken werd er thuis niet meer over het misbruik gesproken. „Mijn ouders zijn er nooit meer over begonnen, waarschijnlijk uit ongemak. Of uit onmacht. Maar voor mij als kind was het heel raar: alsof ze negeerden dat het was gebeurd. Alsof wat mij was overkomen er niet toe deed. Daardoor heb ik me heel alleen gevoeld.”

Met kinderen praten over seksueel misbruik: veel ouders zijn bang om het verkeerd te doen. Maar in veel gevallen zijn kinderen juist gebaat bij openheid, zeggen experts. „Oók als ze nog jong zijn”, zegt Thekla Vrolijk-Bosschaart, die bij het AMC promoveerde op het herkennen van seksueel misbruik bij kinderen tot zes jaar. „Veel ouders zijn huiverig om over het bestaan van misbruik te praten: ze willen hun kinderen geen angst aanjagen. En als er al iets is gebeurd, zijn ze vaak bang dat ze het erger maken door het verkeerde te zeggen. Dat ongemak kan ertoe leiden dat ze het onderwerp helemaal uit de weg gaan. Maar als volwassenen erover zwijgen, kan een kind het gevoel krijgen dat het niet over het misbruik mag praten.”

Zweem van schaamte

Experts pleiten voor meer openheid tegenover kinderen rond thema's als seksualiteit, grenzen en misbruik. „Daar valt nog veel te winnen”, zegt Naomi Dessaur, deskundige op het gebied van kindermishandeling en huise-

lijk geweld. Zij is oprichter van een online-platform dat ouders ondersteunt bij het praten met hun kinderen over seksualiteit. „Door vanaf het begin op een open, ontspannen manier met kinderen over seks en grenzen te praten, geven ouders hun handvatten om met lastige situaties om te gaan. Zo helpen ze de stilte rond misbruik van kinderen te doorbreken.”

Vrolijk-Bosschaart: „Kinderen voelen heel goed aan waar volwassenen ongemakkelijk van worden. Dus als seks een thema is waar een zweem van schaamte omheen hangt, maakt dat het voor een kind extra moeilijk om een volwassene in vertrouwen te nemen als er op seksueel gebied iets is gebeurd.”

Florine Schaap denkt dat het haar had kunnen helpen als de volwassenen in haar leven niet hadden gezweemd. „Het was nu eenmaal gebeurd, daar doe je niets meer aan. Maar ik denk wel dat het mij als kind goed had gedaan als ik bij iemand terecht had gekund. Als iemand had gezegd: wat die persoon met jou heeft gedaan, is verkeerd. En knoop alsjeblieft in je oren: het is niet jouw schuld.”

Ook had ze graag meer hulp gehad bij het wijs worden uit alle verwarrende gevoelens die ze had. „Dat je niets aan een kind merkt, betekent niet dat een kind niet onder de situatie lijdt. Toen ik het vertelde, deed ik bijvoorbeeld een beetje lacherig over wat me was overkomen. Maar dat was puur uit zelfbescherming, ik had gewoonweg geen idee hoe ik met de pijn en de schaamte om moest gaan.”

Verbergen

Dat een kind er niet uit zichzelf over begint, betekent dan ook niet altijd dat het er niet over wil praten. Dessaur: „Het komt vaak voor dat kinderen letterlijk de taal niet hebben om woorden te geven aan misbruik. Vaak weten ze niet eens dat wat ze meemaken seksueel misbruik is. Sommige daders zijn ook enorm gewiekst in het manipuleren, bang maken of verleiden van een slachtoffer. En slachtoffers kunnen heel goed zijn in verbergen.”

Voor Carolien (52) is dat laatste herkenbaar. Haar dochter werd op vijftienjarige leeftijd verkracht door haar toenmalige vriendje. Carolien

kreeg het pas een jaar later te horen. „Ik heb altijd mijn best gedaan om mijn dochter de juiste boodschappen mee te geven. Dat nee ook echt nee is, dat ze nooit iets hoeft te doen dat ze niet wil. Maar dat heb ik met al mijn goede bedoelingen niet kunnen voorkomen. Dat vind ik heel erg.” Om de privacy van haar dochter te beschermen, wil ze niet met haar achternaam in *NRC*.

Dat haar dochter haar pas een jaar later in vertrouwen nam, vond ze confronterend. „Wij hebben een hechte band, ik drukte haar altijd op het hart dat ze me alles kon vertellen. En ik had ook echt het gevoel dat ze dat deed. Maar toch liep ze een jaar lang met een vreselijk geheim rond.”

Vrolijk-Bosschaart drukt ouders als Carolien op het hart niet te streng voor zichzelf te zijn. „Als je kind je vertelt dat er een tijd geleden iets is gebeurd, voel je dan niet schuldig dat je het niet gezien hebt. Wees vooral blij dat je kind je toch in vertrouwen heeft genomen. Ook al is dat pas na een tijd.”

Dessaur: „Of een kind je wel of niet in vertrouwen neemt, heb je als volwassene niet altijd in de hand. Ook al doe je alles goed, dan nog kan een kind ervoor kiezen om te zwijgen. Wat je wél kunt doen: proberen het klimaat

rond een kind zo optimaal mogelijk te maken, door bewustwording van lichaamsdelen, aanraken en grenzen. En een veilige, open sfeer bij het praten over seksualiteit. Het liefst van jongs af aan.”

Hoe pak je dat aan? Dessaur: „Begin bij het begin, noem intieme lichaamsdelen bij de naam. Bespreek met je kind dat niemand die zomaar mag aanraken. Dwing kinderen niet om volwassenen te kussen of te knuffelen als ze dat niet willen. En als kinderen al jong vragen stellen over seks, lach die vragen dan niet weg en praat er niet overheen, maar geef een zo eerlijk mogelijk antwoord, passend bij de leeftijd van het kind.”

Een concreet voorbeeld? Dessaur: „Kleine kinderen vinden het vaak heel interessant om in de badkamer de penis van hun vader vast te pakken. Daar kun je lacherig of beschaamd over doen. Maar je kunt ook rustig zeggen: doe maar niet, lieverd. Mijn penis is van mij. En ik vind het niet zo prettig als je daar zomaar aankomt.”

Vervolgens kun je dat moment gebruiken om een gesprek te hebben over lichaamsdelen en grenzen. Dessaur: „Gebruik zo'n situatie om met een kind op een luchtige manier te bespre-

ken wat intieme lichaamsdelen zijn, hoe die heten, wie daaraan mag komen en in welke context.”

Twee soorten geheimen

Houd het luchtig waar het kan, wees duidelijk waar het moet, adviseren beide experts. Vrolijk-Bosschaart: „Je hoeft een peuter niet te vertellen wat verkrachting is. Maar je kunt een kind al vóór de basisschool wel leren dat er leuke geheimen en vervelende geheimen bestaan - en dat ze een vervelend geheim altijd mogen vertellen aan een volwassene die ze

vertrouwen. Dat kan ook de juf op school zijn of een leidster op het kinderdagverblijf. Want misbruik kan natuurlijk ook binnen het gezin zelf plaatsvinden.”

Vrolijk-Bosschaart pleit dan ook voor voorlichting aan kinderen via meerdere kanalen. „Van ouders tot leraren en van de kinderopvang tot de sportclub. Iedereen die met kinderen werkt, kan helpen om meer bewustwording te creëren. Kinderen moeten weten dat misbruik bestaat, dat het niet mag, dat het nooit hun fout is en bij wie ze aan de bel kunnen trekken als er iets gebeurt.”

”

Kinderen hebben vaak letterlijk de taal niet om het uit te leggen

