

DURVEN KIJKEN

***'Meer dan duizendmaal zette ik mijn knop om,
Schakelde ik mijn ogen, mijn neus, mijn oren uit.
Meer dan duizendmaal ging mijn hersenpan op zwart'***

Karin Bloemen, Mijn verhaal
Uitgave: Ambo Anthos, 2019

#MeToo

Als ik weer zo'n verhaal hoor of zie, gieren de zenuwen en adrenaline door mijn lichaam. Een gevoel dat ik moeilijk kan onderdrukken. Ik wil dan vluchten, maar waarheen? Er is geen vluchten van iets wat in mijzelf zit.

Dagelijks hoor je over seksueel misbruik. Op scholen, op sportverenigingen, in de rooms-katholieke kerk... Zeker nadat #MeToo in oktober 2017 viral ging op sociale media en daarna ook in de andere media veel aandacht kreeg.

Het valt mij op dat televisie- of radiopresentatoren een geval van misbruik dat in het nieuws is, behandelen alsof het één of ander luchtig onderwerp is. Vooral de daders worden dan besproken. Hoe erg het is wat zo'n dader heeft gedaan. Op mij komt het over alsof zij de impact van het misbruik bagatelliseren. Misbruikslachtoffers worden elke keer weer aan die vreselijke gebeurtenissen herinnerd.

Ik ook

Want ja, ik ben zo iemand die misbruikt is. Op een leeftijd waarop een kind nog zo jong is dat het maar één middel tot zijn beschikking heeft om ermee om te gaan: dissociëren, er in gevoel en gedachten afstand van nemen en doorgaan alsof er niets gebeurd is.

En toch is het gebeurd.

Toch zit de misbruikervaring verankerd in mijzelf.

Nog voordat ik me ervan bewust was waar ze vandaan kwamen, had ik allerlei symptomen die bij vroeg seksueel misbruik blijken te horen. En ook toen ik me eenmaal had gerealiseerd hoe die symptomen ontstaan waren, bleven ze lange tijd mijn leven bepalen.

Dit boek beschrijft de weg die ik heb afgelegd tussen die tijd en nu. Je kunt erin lezen hoe ik ben omgegaan met de symptomen van vroeg seksueel misbruik. Hoe ik een manier vond om het trauma te verwerken, met vallen en opstaan. En hoe mijn leven er nu uitziet: nog steeds bepaalt het misbruik uit mijn vroege jeugd een deel van mijn leven, maar nu haal ik er mijn motivatie uit om anderen te inspireren om dergelijke trauma's te verwerken.

En dat is meteen de reden waarom ik dit boek geschreven heb. En de reden waarom het voor jou waarschijnlijk relevant is om het te lezen. Mogelijk heb je zelf zo'n vroeg misbruik meegemaakt. Dan heb je ongetwijfeld last van een aantal symptomen die je leven er niet leuker op maken, ook niet nu je al volwassen bent. Als dat voor jou geldt, wil ik je graag laten zien dat je voorbij deze fase werkelijk kunt leven. Dat er perspectief is: je kunt het trauma (voor een groot gedeelte) verwerken, stukje bij beetje, en daar krijg je kracht voor terug.

Herken je de symptomen niet en/of heb jij zelf geen misbruik meegemaakt, dan hoop ik dat je dit boek toch leest. Ik heb het ook voor jou geschreven, want er zijn jammer genoeg ongetwijfeld mensen om je heen die wel te maken hebben met zo'n trauma en die vaak niet geloofd worden. Ik hoop op je begrip en ik hoop dat je die mensen beter kunt steunen met mijn verhaal in je achterhoofd.

Aangezien ik dyslectisch ben is schrijven voor mij 'een dingetje'. Vreemd genoeg vind ik het toch prettig om mijn gedachten en herinneringen op papier te zetten. Dit wil en doe ik dan wel op mijn manier en in mijn spreektaal.

Een boek in drie delen

De fases die ik doorlopen heb, vind je in dit boek terug. Deel 1 beschrijft mijn volwassen leven tot een paar jaar geleden. In deel 2 vind je het verslag van het chaotische, heftige jaar 2018 waarin ik een groot deel van mijn jeugdervaringen kon verwerken. En gelukkig is er ook een deel 3. Daarin lees je hoe het nu met me gaat. Niet alleen maar rozengeur en maneschijn, maar doorleefd en met een perspectief dat ik iedereen gun die te maken heeft gehad met vroeg seksueel misbruik.

