

Ouderschap na seksueel misbruik in het verleden

“Ik deed mijn kinderen nooit in bad, bewust niet. Ik schoof het af naar mijn vrouw.” Voor vaders en moeders die zelf vroeger seksueel misbruikt zijn, is het ouderschap een nog grotere uitdaging dan voor andere ouders.

Marijke Naezer

Seksueel misbruik heeft vaak grote gevolgen voor het slachtoffer, zowel op korte als op lange termijn. Deze gevolgen manifesteren zich in verschillende levensfasen in uiteenlopende vormen. In 2010 en 2011 onderzocht ik, in opdracht van de Vereniging tegen Seksuele Kindermishandeling (VSK), welke invloed seksueel misbruik in het verleden heeft op ouderschap in het latere leven. Hierover was weinig bekend; met name Nederlands onderzoek ontbrak. Het doel van mijn onderzoek was dan ook om inzicht te bieden in de thematiek en om ervaringen van ouders te bundelen en beschikbaar te stellen aan ouders, professionals en andere betrokkenen.

Ik zette een aantal kwalitatieve onderzoeksmethoden in. Allereerst twee focusgroepen; één met drie mannen en één met vier vrouwen. Deze bijeenkomsten werden vruchtbare uitwisselingen, waarin deelnemers elkaar aanvulden, standpunten vergeleken en elkaar nieuwe vragen stelden. Daarnaast observeerde ik bij een VSK-workshop over ouderschap, waaraan zeven vrouwen en een man deelnamen. Ook analyseerde ik ervaringsverhalen in het ledenblad van de VSK. Tot slot nam ik individuele interviews af met drie vrouwen en vier mannen. Nog eens vier vrouwen beantwoordden de interviewvragen schriftelijk.

Knokken

Vader of moeder worden is voor mensen die te maken hebben gehad met seksueel misbruik niet altijd vanzelfsprekend een optie. Sommigen zijn onvruchtbaar geworden door het vroegere misbruik of door medicijnen. Anderen zijn niet meer staat een (seksuele) relatie op te bouwen. Vrouwen en mannen die wél een keus hebben, kiezen er soms bewust voor om geen kinderen te krijgen, of ze stellen het uit. Karin* wilde eerst haar verleden verwerken: “Dat is een jarenlang proces geweest. Toen kon ik goed alleen functioneren, ik was mijn trauma echt de baas. Ik dacht: ik ben niet gestoord dan de gemiddelde Nederlander.” Karin is moeder geworden van een zoon. Zij had (net als een aantal andere geïnterviewden) graag nog meer kinderen gekregen, maar doordat ze pas laat aan het moederschap begon en vervolgens drie miskramen kreeg, is die wens niet uitgekomen.

Ook als iemand eenmaal vader of moeder is geworden, blijft het misbruik een rol spelen. Soms nemen de eigen problemen van ouders zoveel ruimte in, dat zij minder beschikbaar zijn voor hun kinderen. Vooral mannen blijken de neiging te hebben om te vluchten in werk, sport of religie en de zorg voor de kinderen aan hun (vrouwelijke) partner over te laten. Danny vertelt hoe onbereikbaar hij was voor zijn zoon: “Ik was altijd druk aan het werk of aan het bidden. Ik was zelfs nog een tijdje kerkoudste. Vluchtgedrag.” In ernstige gevallen kan er sprake zijn van een drank- of drugsverslaving, waardoor het gezin ontwricht raakt.

Tegelijkertijd werd tijdens het onderzoek duidelijk dat veel ouders zich juist extra inspinnen om een goede band met hun kinderen op te bouwen. Hans nam bijvoorbeeld meteen vanaf de geboorte van zijn dochter de zorg op zich: “Ik mocht er niet bij zijn op de OK. Dus ik zat daar op de gang en toen kwam dat karretje langs. Ik dacht: dat is mijn kind, dus jullie gaan niet ervandoor. Ik kroop met hen de lift in, ben echt letterlijk tussen de deur... Dat gevoel: als ik er moet zijn dan ben ik er vol. Dat was goed voor mij. Toen had ik iets om voor te knokken.”

Zorgen

Veel ouders die in het verleden te maken hebben gehad met seksuele kindermishandeling hebben moeite hun gevoelens te ervaren en te uiten. Ze hebben geleerd zich (automatisch) af te sluiten van negatieve gevoelens, maar komen daardoor ook niet meer in contact met positieve emoties als liefde en genegenheid. Een VSK-lid in het ledenblad: “In mijn hoofd had ik een vermoeden van de hechte band tussen moeder en kind, maar ik heb dat nooit echt kunnen voelen.” Ze zoekt de oorzaak in haar verleden, toen zij seksueel misbruikt werd door haar broer en geen bescherming vond bij haar ouders.

Voor andere ouders geldt juist het omgekeerde. Een aantal geïnterviewden beschreef hoe zij hun emoties (te) gemakkelijk lieten gaan waar de kinderen bij waren. Hulpverleners waarschuwen voor parentificatie, waarbij kinderen de neiging krijgen om voor hun vader of moeder te gaan zorgen. Els: “Mijn dochters hebben erg met me meegeleefd en emoties helpen opvangen, elke keer als ik thuis kwam na een zware therapieessie. Misschien heb ik in die tijd soms een te zware wissel op ze getrokken.”

Ongeveer de helft van de geïnterviewden kreeg te maken met problemen in de fysieke zorg voor hun kinderen. Zij vonden het bijvoorbeeld moeilijk om hun kinderen te verschonen, in bad te doen, op schoot te nemen of te knuffelen. Dat kan te maken hebben met de herinneringen die door het fysieke contact worden opgeroepen. Ingrid werd misbruikt door haar moeder. Nu heeft ze zelf twee dochters. In eerste instantie ging de borstvoeding moeizaam: “Ik kan me mijn moeders borst heel goed herinneren, want daar draaide heel veel om. Dus de borstvoeding was... Ik heb het een jaar volgehouden en toen was het gewoon fijn en goed. Maar het was een moeilijk proces.”

Seks

Problemen in het fysieke contact kunnen ook te maken hebben met de angst om seksuele grenzen te overschrijden. Vooral vaders zijn bang dat zij grenzen van hun kinderen over gaan en zelf pleger van seksueel misbruik worden. Niels beschrijft hoe hij zichzelf in de gaten houdt: “Met het luier verschonen en het stoeien, dan vindt mijn zoontje het prettig als je in zijn billen knijpt. Dat is ook de plek waar ik gekwetst ben. En dan ben ik mezelf wel aan het checken: is dit oké?” Een aantal vaders beschrijft hoe hun angst het fysieke contact met hun kinderen heeft belemmerd. Zo heeft Johan niet veel met zijn kinderen geknuffeld. “Ik was vreselijk bang dat ik dan die grens over zou gaan, dat het lustgevoelens op zou wekken.” Ook praten over seksualiteit kan lastig zijn. Zo vindt Susan het moeilijk om te bepalen wat ‘normaal’ is, omdat haar eigen ervaring dit zo vertroebeld heeft. Zij heeft daardoor de neiging om seksualiteit niet ter sprake te brengen. Tegelijkertijd zijn er ook ouders die juist extra aandacht aan seks besteden. Annemarie gaf haar zoons bijvoorbeeld condooms mee toen ze veertien waren en sprak met hen over de omgang met meisjes. Ouders die goede voorlichting hebben kunnen geven zien daar voordelen in voor hun kinderen én voor zichzelf: het is een *boost* voor het zelfvertrouwen.

Geweld

Geweld speelt een grote rol in het contact tussen ouders met een misbruikverleden en hun kinderen. Soms hebben ouders moeite om hun kind te beschermen tegen geweld, maar vaker komt het voor dat ouders hun kinderen juist extra goed in de gaten houden, omdat ze bang zijn dat hun zoon of dochter hetzelfde overkomt als henzelf. Die angst kan heftige vormen aannemen. Lisette: “Vanaf het moment dat mijn zoon vier werd zag ik overal alleen maar ogen die naar hém keken. Maar dat waren de ogen van vroeger, die naar mij hadden gekeken.” Ook Joke had last van hevige angsten: “Er waren plotselinge angsten die als een vlam naar boven sloegen. Mijn zoon was vijftien of zestien, toen had ik een uitbarsting van heftige doodsangst. Plotseling maakte ik overal sloten op. Binnendeuren, buitendeuren, overal moesten sloten op.”

Een ander aspect van geweld is geweld door de ouders zelf. Hoewel geen van de ouders geweld tegen hun kinderen wil gebruiken, is dat wel een risico. Sommige ouders worden door het vroegere misbruik onevenredig boos om kleine dingen, wat kan leiden tot agressie. Paradoxaal genoeg wordt het risico op geweld vergroot door de druk die ouders zichzelf opleggen om een goede ouder te zijn. Ze willen het zo goed doen, dat frustraties snel op kunnen lopen als er dingen mis gaan.

Wat helpt?

Wat helpt deze ouders? Dat blijkt vooral zelfreflectie te zijn: hoe zou het vroegere misbruik mijn ouderschap kunnen beïnvloeden? Wat kan ik doen om eventuele problemen te voorkomen of op te lossen? Zelfreflectie maakt het mogelijk om het heft in eigen hand te nemen, verantwoordelijkheid te nemen en stappen te zetten om eventuele negatieve gevolgen van het misbruik te beperken. Hulpverleners kunnen een cruciale rol spelen in het op gang brengen en houden van dit proces.

Daarbij is het belangrijk aandacht te besteden aan de rol van het gezin. Een partner kan bijvoorbeeld zorg uit handen nemen en zo verlichting brengen. Tegelijkertijd helpt het ook als partners juist de zorg over durven te dragen; een fiat geven dat ook de ouder met een belast verleden kan en moet zorgen voor haar of zijn kind. Dit geeft zelfvertrouwen en al doende gaat het ouderschap de vaders en moeders steeds beter af.

Ook het misbruik zelf kan, ironisch genoeg, een positief effect hebben. Een aantal ouders merkte dat zij door het misbruik bepaalde kwaliteiten hadden ontwikkeld die hielpen in het contact met hun kinderen. Zij voelden bijvoorbeeld hun kinderen beter aan, lieten zich minder snel afschrikken door moeilijke vragen en waren extra gericht op een open communicatie. Ook waren zij eerder geneigd om alert te zijn op geweld tegen de kinderen, en namen zij vaker stappen om de weerbaarheid van hun kinderen te vergroten. Hulpverleners kunnen hun cliënten helpen zicht te krijgen op deze kwaliteiten en ze te leren inzetten.

*Alle namen in dit artikel zijn gefingeerd.

Literatuur

Naezer, M. (2011) *Ouders aan het woord. Over vader- en moederschap na seksuele kindermishandeling in het verleden*. Utrecht: VSK. Het volledige onderzoeksverslag over bovenstaand onderzoek. Te bestellen via de VSK: www.vsknederland.nl.

Dijkstra, S. (2000) *Met vallen en opstaan. Hoe vrouwen en mannen betekenis geven aan geweldservaringen uit hun kindertijd*. Delft: Eburon. Dijkstra beschrijft hoe Nederlandse vrouwen en mannen omgaan met geweld dat ze als kind hebben meegemaakt. Ouderschap is één van de thema's (met name hoofdstuk 7 en 8).

IJzendoorn van, M.H. (1994) *Gehechtheid van ouders en kinderen*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum. Van IJzendoorn beschrijft de intergenerationele overdracht van gehechtheidspatronen, en hoe onveilige gehechtheid kan worden gecorrigeerd door verwerking van het verleden en/of nieuwe, positieve ervaringen.

Naezer, M. (2009) *Brondocument seksuele kindermishandeling binnen gezin, familie en andere vertrouwensrelaties*. Utrecht: VSK. Een overzicht van wat er bekend is over seksuele kindermishandeling: definities, cijfers, gevolgen en hulpmogelijkheden. Te downloaden via www.vsknederland.nl.

Saltzberg, M. (2000) 'Parenting challenges for women with abuse histories', in: *Journal of Feminist Therapy*, 12(1). Hulpverleenster Saltzberg beschrijft hoe haar vrouwelijke cliënten, die vroeger (seksueel) mishandeld zijn, omgaan met ouderschap.

Voth, P. F., & Tutty, L.M. (1999) 'Daughter's perceptions of being mothered by an incest survivor: A phenomenological study', in: *Journal of Child Sexual Abuse*, 8, pp. 25-43. Voth en Tutty interviewden zes inmiddels volwassen dochters van misbruikte moeders, over de impact van het verleden van hun moeder op de moeder-dochter relatie.