

#Nietjouwschuld



Column
Linda Terpstra

Het is niet jouw schuld', dat is de belangrijkste boodschap die het Centrum Seksueel Geweld schreef in een brief aan kinderen die seksueel misbruik meemaken. De brief werd een aantal weken geleden de wereld ingestuurd om kinderen die thuis worden misbruikt (en het daarom tijdens de coronacrisis extra zwaar hebben) een hart onder de riem te steken. De brief was onder andere te lezen op sociale media en op www.nietjouwschuld.nl. Bekende Nederlanders als Dieuwertje Blok, Karin Bloemen en Kim van Kooten lazen de brief op video voor.

Wat je ook denkt, staat er in de brief, wat een ander jou ook vertelt: het is niet jouw schuld. Want dat is wat kinderen die slachtoffer zijn van misbruik namelijk den-

ken. Dat het hun eigen schuld is. Omdat ze niets tegen het misbruik doen, omdat ze zelf steeds weer teruggaan naar degene die ze misbruikt, omdat hun lichaam reageert op het misbruik, omdat ze geen 'nee' zeggen, omdat ze de aandacht misschien toch ook wel fijn vinden. Of omdat de ander - de plegger - ze het steeds opnieuw op het hart drukt: dit is jouw schuld.

Het is niet jouw schuld. We kunnen het niet vaak genoeg benoemen, daar op de plekken waar kinderen anoniem de boodschap tot zich kunnen nemen - op school bijvoorbeeld, op het *Jeugdjournaal* of via sociale media. Niet in de laatste plaats omdat deze kinderen zelden praten over wat hun overkomt, onder andere vanwege dat grote schuldgevoel.

Deze kinderen dragen een immens geheim met zich mee. Sommige praten er pas jaren later over, andere pas ver in de volwasenheid of zelfs helemaal nooit. Dat betekent dat ze niet de hulp krijgen die ze wél hard nodig hebben. Ter illustratie: de helft van de kinderen die geen therapie krijgt, maakt opnieuw seksueel misbruik mee en loopt ernstige psychische schade op. Wat doet dat met de rest van hun leven? Wat betekent dat voor hun toekomst?

We zouden het veel vaker moeten zeggen: het is niet jouw schuld. Ook tegen kinderen die slachtoffer zijn van mishandeling, gedwongen huwelijken, verwaarlozing en de vechtscheiding van hun ouders. Ook tegen jongeren die online worden bedreigd en gehanteerd met naaktfoto's die ze eerder zelf naar hun 'vriendje' stuurden.

Kinderen die slachtoffer worden van iets voelen zich daar zelf

Schuldgevoelens kunnen je verteren, ze kunnen je doen besluiten om je mond te houden

maar niet moeten sturen. Dat ik nu doodongelukkig in een gedwongen huwelijk zit, heb ik aan mezelf te danken - ik heb niet hard genoeg gezegd omdat ik mijn ouders geen verdriet wilde doen.

Schuldgevoelens kunnen je verteren. Ze kunnen je doen besluiten om je mond te houden, om nooit, maar dan ook nooit aan iemand te vertellen wat er met je gebeurt. Schuldgevoelens kunnen levens kapotmaken. Jonge, kwetsbare levens. Schuldgevoelens kunnen alles vernietigend zijn.

Laten we het daarom - misschien al bij voorbaat - tegen onze kinderen zeggen: wat voor naars er ook met jou gebeurt, het is niet jouw schuld. Nooit!

▶ Linda Terpstra is voorzitter van de raad van bestuur van Fier, landelijk expertise- en behandelcentrum bij geweld in afhanke-lijkhedenrelaties. Iedere maand schrijft ze een column voor het *Friesch Dagblad*

verantwoordelijk voor. Dat papa en mama ruzie hebben komt door mij - want ik heb niet goed genoeg geluisterd. Dat ik word bedreigd, is mijn eigen schuld - had ik die foto