

Geweld

Joke de Vries

Geweld

Het fenomeen, het trauma en de verwerking

Tweede, herziene druk

De Tijdstroom, Utrecht

Voor Mark, Marije, Marianne en Alexandra

Eerste druk, 2006

Eerste druk, tweede oplage 2009

Tweede druk, 2016

© De Vries en Rijke. Expertisecentrum voor menselijke waarden in professionaliteit, Rijen, 2016

Omslagontwerp: Cees Brake bNO, Enschede

Basisontwerp binnenwerk: Martin Majoor

Uitgegeven door De Tijdstroom Uitgeverij, Postbus 775, 3500 AT Utrecht.

E-mail: info@tijdstroom.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16b Auteurswet 1912 juncto het Besluit van 20 juni 1974, Stbl. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471, en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht, Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp.

Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

ISBN 978 90 5898 301 5

NUR 775

Inhoud

Inleiding tweede druk	9
Angst of hoop	10
Inleiding eerste druk	11
Machtssysteem	13
Slachtoffer en dader	14
1 Geweld in getallen	17
Op zichzelf gericht geweld	17
Interpersoonlijk geweld	18
Collectief geweld	23
Geweld heeft vele uitingsvormen	25
Relationeel geweld	25
2 Denkbeelden over geweld	27
3 Geweld onder ogen zien	39
Afwezigheid van het goede	39
Geweld: een verzinsel?	41
Recht op privacy?	43
De ogen openen	45
Aandacht voor geweld	46
Geweld in ieder mens	48
4 Definities van geweld	49
Met opzet of niet	49
Bewust of onbewust	51
Mannelijk en vrouwelijk geweld	52
De beleving van de ontvanger	56
5 Kindermishandeling	59
Gewelddadig gezinssysteem	59
Vormen van geweld	61
Geweldssysteem in stand houden	71

Het kind als bezit	73
Ontwikkeling van de wil	74
6 Geweld tussen partners	77
Verwarrende denkbeelden	77
Niet-fysiek partnergeweld	80
Gevolgen voor de gezondheid	81
Een te weinig herkend probleem	82
Hoe het probleem serieus te nemen	84
Ongelijke machtssituatie	85
Het begin	86
Gevangenschap	88
Gebroken wil	89
Machtsmiddelen van de dader	90
Het slachtoffer laat het gebeuren	91
Het naïeve slachtoffer	92
Het slachtoffer vertrekt	94
Eenmaal weg is niet vrij	96
Partnergeweld is een relationeel gebeuren	98
7 De gevolgen van geweld	99
Fight, flight, freeze or faint	99
Eenmalig of langdurig geweld	101
Acuut trauma (acute stressstoornis)	102
Informatie is belangrijk	103
Het natuurlijke herstelproces bevorderen	104
Geen natuurlijk herstel	105
Chronisch getraumatiseerd zijn	106
Posttraumatische stressstoornis (PTSS)	106
Andere klachten dan PTSS	108
8 Overlevingsstrategieën	111
Geweld geeft wonden	111
Ontstaan van overlevingsstrategieën	112
Doel	114
Van bescherming tot gevangenis	115
Overlevingsstrategieën traumatiseren	118
De noodzaak van inzicht	118
Overlevingsstrategieën worden gewelddadig	120
9 Geweld in ieder mens	123
Schaduwkanten in ieder mens	124
Hoe werkt onze schaduw?	129
Projecteren	129
Geen ontwikkeling zonder schaduw	131

Destructieve energie	133
De schaduw leren kennen	134
Onbewuste en bewuste dader	135
Schaduw of kwaad	136
Keuze en verantwoordelijkheid	139
10 Slachtoffers en daders	141
Overlevingsstrategie als gevangenis	142
Daders	143
Slachtoffers zijn ook daders	144
Boze slachtoffers	146
Traumacultuur	147
Daders zijn ook slachtoffers	150
Slachtoffer-daderpolariteit in relaties	152
Slachtoffer-daderpolariteit in ieder mens	156
11 Helingsprocessen	159
Beter overleven of beter worden	159
Voorbij de overlevingsstrategieën	161
Worsteling met eigen overlevingsstrategieën	163
Overleven of leven	163
Beschrijving van het helingsproces	164
Heling is meer dan verwerking	178
Vermogen tot heling	178
12 Ontwikkeling van autonomie als basis van helingsprocessen	181
Wil als basis van autonomie	181
De wil tot heling	182
Ontwikkeling van de wil	184
Boosheid en wil	185
Loslaten van boosheid: oefening van de wil	186
De illusie van de maakbare wereld	188
Gewonde strijder of dader	188
Autonomie als ontwikkelingsproces	189
Van 'speelbal' tot 'deelnemer'	190
Boos slachtoffer: boos op de werkelijkheid	195
Van bestrijder naar slachtoffer	200
Ontwikkeling van autonomie	202
13 De hulpverleningsrelatie	205
Geweld van hulpvragers	206
Geweld van hulpverleners	207
Overdracht en tegenoverdracht	210
De hulpverlener bepaalt het plafond	211
Secundaire traumatisering	212

Denkbeelden versus de werkelijkheid	215
Willen weten	217
Vermijding en secundaire traumatisering	218
Traumatisering of ontwikkelingsproces	219
Verlies van onschuld	220
Professionaliteit van het hart	222
14 Gezond omgaan met geweld	225
Geweld in de ogen zien	225
Omgaan met gewond-zijn	226
Gezond leren omgaan met geweld	228
Innerlijke ontwikkeling: reis van de held	230
De held van onze tijd	231
Keuzes	233
Aanbevelingen	234
Nawoord	235
Literatuur	237
Personalia	251

Inleiding tweede druk

Waarom een tweede druk? Omdat er op een aantal punten duidelijk vooruitgang geboekt is sinds 2006, toen de eerste druk uitkwam. Zowel internationaal als in Nederland. Alleen daarom al was het belangrijk om dit boek te 'updaten'. Mede ook omdat dit boek op een aantal opleidingen gebruikt wordt. Daarnaast is het zo dat menselijke ontwikkelingsprocessen in relatie tot geweld in zekere zin tijdloos zijn. Behalve dat ik een aantal processen hier en daar wat verder uitgewerkt heb, omdat ik daar in de afgelopen jaren meer zicht op heb gekregen, is de inhoud van dit boek niet wezenlijk veranderd.

Met het rapport van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) van 2002 (*World report on violence and health*) werd een oproep gedaan aan alle landen in de wereld om maatregelen te gaan nemen om geweld te verminderen en te voorkomen. Hierbij ging het vooral om het geweld tegen vrouwen en kinderen. Daarmee werd het thema 'geweld' voor het eerst op de politieke agenda gezet. In het rapport van de WHO van 2014 (*Global status report on violence prevention 2014*) werd zichtbaar gemaakt wat er met betrekking tot interpersoonlijk geweld tot dan toe gedaan was. De conclusie van dit rapport is voorzichtig optimistisch, namelijk dat er wereldwijd officiële stappen gezet zijn, zoals het maken van wetten die gericht zijn op preventie van geweld, maar dat het in veel landen nog schort aan de uitvoering daarvan. Oftewel: er is een begin gemaakt en dat is belangrijk, maar er is meer nodig. Daarnaast zijn er ook (met name westerse) landen waar wel veel stappen gezet zijn, zoals in Nederland. Zeker op het gebied van interpersoonlijk geweld, en daarbij met name op het gebied van huiselijk geweld: partnergeweld en kindermishandeling. Er zijn veel onderzoeken gedaan die inzicht geven in de (omvang van de) problematiek, er is meer kennis gekomen en van daaruit zijn er protocollen ontwikkeld voor hoe om te gaan met tekenen van huiselijk geweld (zoals de meldcode) en behandelplannen. Daarmee is huiselijk geweld uit de taboesfeer gehaald en bespreekbaar geworden, zowel voor de mensen zelf, die er mee te maken hebben of hadden, als voor hulpverleners. Een goede ontwikkeling. Vrij nieuwe ontwikkelingen daarbij zijn het serieus nemen van het geweld tegen ouderen en de erkenning van mannelijke slachtoffers van geweld door vrouwelijke partners en in ruimere zin van geweld in de huiselijke sfeer. Het taboe hierbij is nog groot, maar er

wordt meer onderzoek naar gedaan en er komen steeds meer mannen naar voren die hierover durven te praten.

Tegelijkertijd hebben we steeds meer te maken gekregen met ‘collectief’ geweld. Dat was er natuurlijk altijd al, maar het aantal doden bij internationale gewapende conflicten blijkt volgens The International Institute for Strategic Studies tussen 2008 en 2014 *verdriedubbeld* te zijn. En het komt ook steeds dichterbij. Door de media, die bij ieder gewapend conflict aanwezig zijn en er verslag van doen, maar ook letterlijk met de (dreiging van) terroristische aanslagen in Europa. Daarnaast is het aantal vluchtelingen enorm toegenomen. Er zijn nog nooit eerder zoveel gedwongen ontheemden in één jaar geteld als in 2014. En wie weet hoe hoog dat aantal gaat worden in 2016. De UNHCR waarschuwt in *the Global Trends Rapport 2015* dat de wereld afglijdt naar een gevaarlijk nieuw tijdperk van wereldwijde ontheemding.

Beide roepen veel angst op. Zowel de gewapende conflicten en aanslagen, als de vluchtelingenstroom. Al met al is de wereld er niet vrediger op geworden. Daarnaast wordt de kloof tussen rijk en arm ook steeds groter, waardoor ook ‘economische vluchtelingen’ op zoek gaan naar een plek in de wereld waarin ze het beter hopen te krijgen dan in hun land van afkomst. Alles lijkt te veranderen in de wereld, en daarmee verdwijnt ons gevoel van ‘zekerheid’ en ‘veiligheid’, met allerlei reacties tot gevolg.

ANGST OF HOOP

Ook daarom is het belangrijk om dit boek in een bijgewerkte versie weer uit te geven. Want we kunnen niet meer om het thema ‘geweld’ heen. En dit boek gaat, naast het beschrijven van het fenomeen ‘geweld’, vooral over hoe je kunt leren gezond om te gaan met geweld. Geweld dat je zelf meemaakt of meegemaakt hebt, geweld dat dreigend dichterbij komt, geweld dat je bij jezelf herkent. Maar ook geweld dat je op je werk ervaart of geweld waar je getuige van bent, bijvoorbeeld als hulp-, zorgverlener of docent in je contacten met patiënten, cliënten, leerlingen, enzovoort.

Gezond omgaan met geweld betekent deze werkelijkheid willen toelaten en ervaren wat het met je doet, in plaats van je ervan af te sluiten. Daarmee kun je geen geweld voorkomen, maar je bent alerter en kunt beter omgaan met wat je tegenkomt. In plaats van er door getraumatiseerd te worden en/of zelf dader te worden, kun je verantwoordelijkheid nemen voor hoe je met die ervaringen op een voor jou betekenisvolle manier om kunt en wilt gaan. Daarmee kun je een voorbeeld zijn voor anderen en iets betekenen in de wereld van nu. Hoe meer mensen zo in het leven staan, des te meer hoop dat creëert. En dat is wat we nodig hebben in deze tijd. Hiermee wil ik weer aansluiten op de woorden van Vaclav Havel, waarmee ik de inleiding van de eerst druk eindigde.