

Klinisch psycholoog Iva Bicanic en landelijk coördinator Centrum Seksueel Geweld

## ‘Seksueel misbruik moet je snappen’

**In deze rubriek komen professionals die inspireren aan het woord. Niet alleen hun functie, maar ook lef, enthousiasme en visie zijn aanleiding voor een interview. Deze keer een gesprek met Iva Bicanic, klinisch psycholoog, hoofd van het Landelijk Psychotraumacentrum van het UMC Utrecht en landelijk coördinator van het Centrum Seksueel Geweld (CSG). Over het nut van signalenlijstjes: ‘Gooi ze in de prullenbak’ en het onvermogen van mensen – ook professionals – om over seksueel geweld te praten. ‘Nogal wat verpleegkundigen zijn zelf getraumatiseerd in hun jeugd.’**

Tekst:  
Hellen  
Kooijman

Iva Bicanic werd in 2018 uitgeroepen tot de Meest Invloedrijke Persoon in de Publieke Gezondheid. En dat is niet vreemd, een gesprek met Bicanic vergeet je niet zomaar. Ze neemt geen blad voor de mond en weet waarover ze het heeft. En dat is bijzonder prettig als het gaat om seksueel misbruik; een onderwerp waar sinds de #metoo-beweging veel aandacht voor is, maar waar nog steeds met moeite openlijk over gepraat wordt. Eigenlijk iedere verpleegkundige komt in aanraking met slachtoffers van seksueel geweld. Bij de verpleegkundigen in de Maatschappelijke Gezondheid zijn dat natuurlijk als eerste de SOA/Sense-verpleegkundigen die verbonden zijn aan de GGD. In diverse regio's waar afdelingen van Centrum Seksueel Geweld (CSG) staan, spreken zij cliënten die seksueel misbruikt zijn. Maar ook heeft het CSG regelmatig te maken met jeugdverpleegkundigen die slachtoffers doorverwijzen. Helaas

### ‘Nog steeds denken mensen dat het wel meevalt’

nog weinig met wijkverpleegkundigen. ‘Onder hun cliënten zijn ook absoluut mensen die seksueel geweld ervaren of ervaren hebben’, zegt Bicanic. ‘Seksueel misbruik komt heel vaak voor. Er zijn in Nederland bijna twee miljoen mensen tussen de 15 en 70 jaar die aangeven een vorm van seksueel misbruik te hebben meegemaakt, en dan heb ik het over vaginaal, anaal, oraal of manueel misbruik, nog niet eens over betastingen en online vormen van misbruik.’ De #metoo-beweging heeft veel opengegooid, maar nog steeds denken mensen dat het wel meevalt. Of ze weten het wel, maar willen het er niet over hebben. Bicanic: ‘Dat er zoveel

seksueel misbruik voorkomt is een ongemakkelijke realiteit. Ik vraag mij af of verpleegkundigen zich bewust zijn van de omvang van misbruik en dat de helft van de slachtoffers daar problemen aan overhoudt.’

### Verpleegkundigen zelf getraumatiseerd

Zaak is om het trauma te herkennen. ‘Verpleegkundigen komen in hun werk mensen tegen die angstig zijn, nauwelijks de deur uit durven, gespannen zijn, maar die niet vertellen wat de bron is.’ Daar kom je achter door de juiste – open – vragen te stellen, zoals: ‘Welke negatieve ervaringen heeft u opgedaan in uw leven?’ Zo'n vraag, meent de klinisch psycholoog, creëert ruimte om te kunnen vertellen over seksueel misbruik. Toch wordt die vraag vaak niet gesteld. Of wel, maar dan op dusdanige wijze dat het slachtoffer te weinig vertrouwen en openheid voelt om erover te vertellen. Dat komt, denkt ze, omdat verpleegkundigen - met uitzondering van de verpleegkundigen seksuele gezondheid - niet gewend zijn om gesprekken te voeren over seksueel misbruik met cliënten. ‘Ze vinden het lastig, en dat begrijp ik, maar daardoor komt het echte probleem niet op tafel.’

Bovendien is er nog een andere reden waarom verpleegkundigen het onderwerp ‘seksueel geweld’ vaak vermijden, denkt Bicanic. ‘Best wat verpleegkundigen hebben in hun privéleven ervaring gehad met misbruik of mishandeling, of zijn als kind tekort gekomen. Verpleegkundigen komen, zo meent ze, in het vak terecht omdat ze graag willen zorgen, goed willen doen. En nogal eens heeft dit ook te maken met eigen trauma. Daar is nog geen grootschalig onderzoek naar gedaan in Nederland, maar Bicanic durft deze uitspraak te doen op basis van wat mensen haar

persoonlijk onthulden plus wetenschappelijk onderzoek. Voor dit laatste verwijst ze onder meer naar onderzoek uit 1995 door de Universiteit van Toronto, Canada, onderzoek door het academisch ziekenhuis in het Amerikaanse Boston (2009) en door diverse Amerikaanse universiteiten onder leiding van M. I. Bracken, Salisbury University, Maryland (2010). Als een eigen trauma onverwerkt is, kan dat een professional in de weg staan om het er met een cliënt over te hebben. Bicanic: 'Professionals met onverwerkte negatieve seksuele ervaringen stoppen hun herinneringen het liefste onder het tapijt en hopen dat de cliënt er maar niet over begint. Door te vermijden denken ze regie te houden over hun emoties. Want gaat iemand praten, dan weet je niet wat er bij jezelf naar boven komt.'

### Goede therapieën

Enorm jammer, aldus Bicanic. Want er zijn therapieën die helpen om seksueel misbruik te verwerken, om zelfs slachtoffers met PTSS (Posttraumatische Stresstoornis) te helpen herstellen. Ze noemt er twee op: EMDR en

### Bio

Iva Bicanic (1972) studeerde bewegingswetenschappen en psychologie aan de Vrije Universiteit Amsterdam. In 2014 promoveerde ze aan de Universiteit van Utrecht op het onderwerp 'Psychological and Biological Correlates of Adolescence Rape'. Ze schreef samen met Melanie Meijer *De baas over je lijf* (2015), een prentenboek om met jonge kinderen te praten over gewenst en ongewenst lichamelijk contact. En eind 2020 verscheen *Dicht bij huis* (zie kader).

cognitieve gedragstherapie. Voor slachtoffers waarbij het misbruik nog vers is, maar ook waarbij het al tientallen jaren geleden plaatsvond. 'Het is nooit te laat om seksueel misbruik te verwerken, niet voor de cliënt en niet voor de professional.' Het is dus van groot belang om leed veroorzaakt door



# Aan tafel met...

seksueel misbruik boven water te krijgen. Alleen, hoe doe je dat? Want bij vragen over seks en seksualiteit slaan veel mensen al snel dicht, laat staan als het gaat om seksueel misbruik, niet in de laatste plaats omdat dit misbruik vaak begaan is door mensen in de naaste omgeving. Bicanic: 'Uit divers onderzoek blijkt dat 85 procent van de gevallen van seksueel misbruik dicht bij huis plaatsvindt: in de familie, op school, online, op de sportclub, bij het uitgaan.' En nee, zo zegt ze: 'Daders zijn geen monsters met een groene stip op hun voorhoofd die je meteen kunt herkennen'. Het zijn vaak vriendelijke, lieve mensen; opa's, vaders, broers, de buurman en ook vrouwen kunnen plegers zijn. Het is een misverstand dat plegers er altijd bewust op uit zijn een kind te 'pakken'. 'Mensen kunnen door een extreme behoefte aan seks en aandacht, alcohol of bijvoorbeeld eenzaamheid in een situatie komen waarin ze over de grens gaan bij een kind en op een gegeven moment zichzelf niet meer kunnen of willen stoppen. Ruim 90 procent van de plegers is man. Aan de slachtofferkant zijn mannen echter in de minderheid. Uit onderzoek van Rutgers blijkt dat op dit moment bijna 400.000 mannen getraumatiseerd zijn door seksueel geweld. En voor jongens en mannen is erover praten nog veel

## 'Professionals met onverwerkte negatieve seksuele ervaringen hopen vaak dat de cliënt er maar niet over begint'

ingewikkelder. 'De samenleving heeft toch nog vaak het idee dat jongens wel van zich afbijten, waardoor jongens na seksueel misbruik met een enorm gevoel van schuld en schaamte rondlopen', weet Bicanic. Een open vraag stellen naar negatieve ervaringen is dus een begin. Mits daar echte interesse achter zit. Bicanic: 'Gooi standaard signalenlijstjes maar in de prullenbak. Seksueel misbruik moet je snappen.' Je moet begrijpen waarom een kind niks zegt als het seksueel misbruikt is, hoe het komt dat moeders een oogje toedoen, en dat kinderen die in hun jeugd zijn misbruikt door hun vader diezelfde man op zijn oude dag liefdevol verzorgen, je moet begrijpen hoe loyaliteit werkt, hoe slachtoffers daders kunnen worden. 'Het gaat niet om de spin of de vlieg. Maar om het hele web eromheen. Om de psychologisch structuur rondom het misbruik, wat iemand doet en niet doet om dat misbruik te verbergen, hoe ermee om te gaan.'

Seksueel misbruik is iets wat mensen treft in het diepste van hun wezen. Het brengt enorm veel schade toe. Erover praten, eraan denken kan soms zoveel pijn doen dat veel slachtoffers van seksueel geweld vermijdingsgedrag vertonen. Heel lastig voor professionals. Bicanic: 'Veel professionals denken dat een luisterend oor, gezien worden in je pijn, genoeg is om te herstellen. En natuurlijk, dat is ook megabelangrijk. Maar mensen die seksueel misbruikt zijn, vermijden het om het erover te hebben. Want praten kan zorgen voor een angstig gevoel, voor herbelevingen, voor diepe pijn.'

### Niet meegaan in vermijding

Helaas gaan professionals vaak mee in die vermijding, meent Bicanic. Ze zien niet wat er gebeurt, prikken niet door het pantser van slachtoffers heen. Ze vragen niet door bij ontwijkende antwoorden. Terwijl dat uiteindelijk wel is waar mensen bij gebaat zijn. Ze moeten erdoorheen, ook al omdat het niet verwerken van seksueel misbruik vaak leidt tot herhaling. Hoe dat werkt? Door PTSS kan het misbruik weer gebeuren omdat ze emotioneel verdoofd zijn en het niet aanvoelen als er gevaar is.

Bij dit onderwerp gaat het om maatwerk, om zeer zorgvuldig en bedachtzaam te werk te gaan. Wat als je als jeugd- of wijkverpleegkundige een vermoeden hebt dat een familielid een kind misbruikt? Veel kinderen vertellen niets, zijn doodsbang dat het uitkomt. 'Daar moet je als professional respect voor hebben', zegt Bicanic. 'En niet te gemakkelijk denken dat openbreken altijd de beste manier is. Het uitkomen van seksueel misbruik door een familielid heeft een enorm effect. Niet zelden wordt er, zelfs als het kind al volwassen is en het seksueel misbruik lang geleden plaats vond, gedaan aan 'victim blaming'; het slachtoffer wordt weggezet alsof het zelf schuldig is aan het misbruik. En het is heel heftig als niemand je gelooft. Dan kan het zijn dat je als slachtoffer alleen achterblijft. Dat je in feite wees wordt. Soms is het daarom doemlijker voor een slachtoffer om het voor de familie te verzwijgen, aldus Bicanic. 'Dit is echt een heel delicaat onderwerp. Als je als professional vermoedens hebt, zet dan eerst op een rij op basis waarvan en sinds wanneer dat vermoeden is ontstaan en wees daarbij objectief: "ik zie ..., ik hoor ..." Overleg je zorgen met een collega of bel met Veilig Thuis om de volgende stap te bespreken.'

### Traumascreeening

Hoe kun je dit onderwerp leren 'snappen'? Bicanic: 'Door er allereerst veel over te lezen: ervarings-

# Ouders zijn van onschatbare waarde

Iva Bicanic & Richard Korver

*Dicht bij huis, Hoe steun je een kind na seksueel misbruik*

*Arbeiderspers (2020)*

Seksueel misbruik zet het leven op zijn kop. Niet alleen van degene die misbruikt is, maar ook van haar of zijn (pleeg)ouders of verzorgers. Er komen, zo schrijft klinisch psycholoog Iva Bicanic veel heftige emoties los. Er is boosheid; wat is dit voor iemand die zoveel onschuld kapotmaakt? Schuld; hoe hebben wij dit niet kunnen zien? En natuurlijk veel verdriet om wat hun kind is aangedaan. Plus angst voor de toekomst: Zal mijn kind nog wel (seksuele) relaties aan kunnen gaan? Sinds de #metoo-beweging is er veel aandacht voor slachtoffers van seksueel misbruik geweld, maar veel minder voor de ouders, verzorgers, broers, zussen en vrienden. Terwijl die veel kunnen betekenen.

Journalist Marlies Kieft interviewde in *Dicht bij huis* Iva Bicanic en advocaat Richard Korver, gespecialiseerd in zedenzaken, uitgebreid over hun ervaringen met het onderwerp. Dit resulteerde in een zeer leesbaar boek, met veel verhalen uit de praktijk, van de kinderklokker tot online misbruik, van jonge kinderen die misbruikt zijn tot oudere jongens en meiden, over vormen van therapie, wat seksueel trauma bij mensen teweeg kan brengen. Advocaat Korver geeft uitleg over het juridische deel bij

seksueel misbruik, van aangifte tot rechtszaak en wat daar bij komt kijken, ook emotioneel, voor kind en ouders. Er is informatie over instellingen en organisaties waar ouders en hun kind terecht kunnen en wat die (kunnen) doen. En er zijn praktische adviezen, niet alleen van Bicanic en Korver zelf, maar ook van ouders voor andere ouders. Hoewel het boek in eerste instantie is gericht op

ouders en verzorgers is het een absolute aanrader voor (zorg)professionals die met deze ouders en hun kind te maken krijgen. Al was het alleen maar om de boodschap van het boek te integreren in het eigen werkveld: Seksueel misbruik zet het leven van ouders en hun kind(eren) op zijn kop en nee, het wordt niet meer zoals het was. Maar met de juiste hulp kan een kind meestal wel dusdanig herstellen dat het op een gezonde manier (seksuele) relaties kan aangaan. En in dit herstel zijn ouders/verzorgers, familie en vrienden van onschatbare waarde.




verhalen, boeken over en van mensen die zelf misbruikt zijn. *Lieveling* van Kim van Kooten, *Vallen is als vliegen* van Manon Uphoff. Kijk documentaires: *Tell me Who I am* bijvoorbeeld.

Verder is het raadzaam om jezelf onder de loep te nemen: hoe open ben ik nu eigenlijk zelf over seksueel misbruik? En als je zelf negatieve ervaringen hebt: hoe heb ik die verwerkt? En mocht je vermoedens hebben in de beroepspraktijk, stel de vragen dan, wees er niet bang voor.

Bicanic pleit verder voor laagdrempelig screenen van PTSS door wijk-, jeugd- en sociaal verpleegkundigen als er sprake is van seksueel misbruik. 'Er zijn eenvoudige vragenlijsten waarmee je met een paar vragen in kaart kunt brengen of er aanwijzingen zijn voor PTSS. Zo ja, verwijst dan altijd door naar gespecialiseerde instellingen zoals het Centrum Seksueel Geweld of naar de

huisarts. Want ook al heelt de wond niet altijd helemaal, ook voor slachtoffers van seksueel misbruik liggen er kansen voor een betere kwaliteit van leven.' Ze geeft een eenvoudige maar treffende vergelijking. 'Als een cliënt

## 'Het is nooit te laat om seksueel misbruik te verwerken'

erge kiespijn heeft en het hem of haar stoort in het functioneren, dan verwijst je toch ook door naar de tandarts? Waarom zou je dat dan niet doen bij leed vanwege seksueel misbruik?' 

Hellen Kooijman  
is eindredacteur  
bij Tijdschrift  
M&G en free-  
lance journalist