

Workshop De stilte doorbreken

In deze workshop is er een opstelling van drie stoelen waarbij één stoel staat voor het ja/nee in een persoon (grenzen aangeven), één stoel voor het speelse/authentieke kind in jezelf en één stoel voor je huidige ik. Normaal gesproken heb je contact met het authentieke kind in jezelf en leer je om grenzen aan te geven (ja/nee). Bij seksueel misbruik is het speelse/authentieke vaak weg. Het kind-zijn wordt afgepakt en ook het ja/nee deel in jezelf wordt afgepakt. Doordat je geen contact kunt maken met je innerlijke delen, gaat het conflict hierover en richt zich niet op de dader. Schuld en schaamte wordt zo door de dader aan het slachtoffer gegeven. De dader internaliseert, wordt een deel van jezelf (innerlijke dader) en zorgt ervoor dat er afstand komt en blijft tussen jou en een veilig persoon. Het is dus belangrijk dat je weer contact leert maken met je interne delen. Dan lukt het vaak beter om eruit te stappen. Of soms moet je als hulpverlener die beslissing nemen voor het slachtoffer.

Hoe kan je als hulpverlener ondersteunen?

Signaleren van schade, maar het slachtoffer moet het zelf doen.

Schuld en schaamte moet eerst terug naar de dader. Vervolgens kijken naar: wat heb je als slachtoffer gemist wat je heel erg nodig had, dit erkennen, geen schuld en schaamte meer voelen en zelf regie nemen. Het is wel maatwerk.