

Professionals, durf moedig te zijn

Het erkennen van de ervaringen en de emoties van mensen die kindermishandeling of partnergeweld meemaakten, geeft hun lucht, herkenning en erkenning. Toch hebben professionals soms moeite om een ervaringsverhaal te horen. Maar zij moeten juist de moed hebben om te leren van hun eigen vermijdingsgedrag, luisteren en dóórvragen. *Sietske Dijkstra, Hameeda Lakho en Kirsten Regtop*



en deelnemer in de lotgenotengroep van Hameeda Lakho (mede-auteur van dit artikel) vertelde dat de hulpverleners aan wie hij in het verleden zijn verhaal had verteld, de woede niet tolereerden die hij nog steeds voelde vanwege de mishandeling die hij als kind had meegemaakt. Hij was boos om alles wat nooit benoemd mocht worden en alles wat hij had verloren. Het luchtte hem enorm op dat hij in onze groep wél welkom was, inclusief zijn boosheid. Hij kon nooit huilen en durfde dat nu voor het eerst. Dat heeft hem bevrijd uit de ketens van zijn jeugd, die hem zo lang gevangen hielden. Waarom zou woede of pijn of verdriet er niet mogen zijn?

Waardevol kompas

Moed is van belang bij de hulpverlening aan slachtoffers van geweld in intieme relaties. Maar wat is moed? Elk mens heeft moed en de potentie om moed aan te wenden om betekenisvol bij te dragen aan het structureel stoppen van geweld. Moed is bezieling, durf en lef. Volgens Aristoteles is moed de deugd waar alle andere deugden uit voortkomen. Het morele begrip moed is in de literatuur verbonden met leiderschap, met vraagstukken rond leven en dood en ook met vakmanschap. Moed verwijst naar het vermogen om jezelf dienstbaar te maken aan een groter doel. Het is verbonden met compassie, veiligheid, vertrouwen, empathie en grootmoedigheid. Moed wil niet zeggen dat er geen angst is, maar je laat je daar niet door weerhouden. Moed bemoedigt om niet mee te gaan in verzakelijking door slechts het protocol of de regels te volgen. Met de moed die wij zelf tonen kunnen we meer gelijkwaardigheid brengen in het contact met cliënten.

Moed is een waardevol kompas voor professionals bij de aanpak van geweld. Moed is verbonden met vaardigheden, met de houding (bewustzijn) en met de

OVER DE AUTEURS

Sietske Dijkstra is onderzoeker en docent op het gebied van relationele en sociale veiligheid. **Hameeda Lakho** is ervaringsdeskundige en life-coach en werkt herstelgericht met lotgenotengroepen. **Kirsten Regtop** is maatschappelijk werker, medewerker Veilig Thuis en blogger over huiselijk geweld.



foto: bigstockphoto.com

toepassing en ontwikkeling van vakkennis.
Moed betekent dat je:

- Moeilijke (gevoelige) vragen stelt, luistert en dóór-vraagt.
- Aangeeft dat je er anders over denkt of ziet dat het anders kan.
- Hulp biedt en advies geeft.
- Tegendruk of juist goede ondersteuning biedt aan regelgeving.
- Compassie toont, sensitief bent en je gevoelens niet negeert.
- Je niet laat weerhouden door je angst, dat je uit-

probeert, in actie komt.

- Naar je eigen vermijdingsgedrag durft te kijken en ervan leert.
- Mishandeling opmerkt en er iets mee doet.
- Samenwerkt om herhaling van geweld te voorkomen.

Kirsten Regtop (mede-auteur van dit artikel), Hameeda Lakho en Sietske Dijkstra ontwikkelden een meerdaagse geaccrediteerde scholing rond persoonlijke en professionele moed. Dat deden we door onze deskundigheid en inzichten te delen en een driehoek te vormen van professionele praktijk, erva- ➤

'CREËER VEILIGHEID EN VERTROUWEN'

Hameeda Lakho: 'In het werken met lotgenoten, slachtoffers, cliënten in de vrouwenopvang en/of ggz is het creëren en borgen van veiligheid en vertrouwen een must. Mensen durven soms voor het eerst na jaren hun indrukwekkende verhaal te delen. Er wordt geluisterd zonder oordeel of vooroordeel, met een open en empathische houding. Het grote geheim dat slachtoffers jarenlang met zich mee dragen, krijgt een podium. Dat maakt dat ze verder kunnen en in plaats van overleven weer kunnen leven. Het getuigt van moed dat lotgenoten soms durven te benoemen dat ze behalve slachtoffer ook daders zijn. De cirkel van geweld is moeilijk te doorbreken. Door dit besef staan lotgenoten open voor verandering. Alleen zij zelf kunnen deze in gang zetten, op basis van de bewustwording dat het anders kan.'

- ➔ ringsdeskundigheid/praktijkgericht onderzoek, en reflectie.

Moed op de werkvloer

Geweld doet zich niet alleen voor in relaties en gezinnen, maar ook in instituties en het publieke leven. Zelf was Sietske Dijkstra (mede-auteur van dit artikel) in 1984 als 24-jarige als interviewer betrokken bij een onderzoek naar seksueel misbruik van meisjes door verwanten. Dat was voor hem het begin van wat later zijn loopbaan zou worden. Hij merkte dat hij zoveel van het onderwerp niet goed begreep dat hij het verder wilde uitzoeken: Wat maakte het probleem zo verborgen en waarom zwegen vrouwen zo vaak? Waarom had bemoeienis van de Raad voor de Kinderbescherming en de politie vaak weinig effect? En hoe hadden de vrouwen als kind weten te overleven

en hoe gingen zij om met het misbruik?

De commissie-Samsom richtte zich van 2010 tot eind 2012 op onderzoek naar seksueel misbruik in de pleegzorg en de residentiële jeugdzorg. Het was voor Dijkstra leerzaam om lid te zijn en dat ze samen het onderwerp bespraken, namens verschillende disciplines en met ieder zijn deskundigheid. Tijdens een van de vergaderingen nam hij twee boeken mee uit 1994 die waren verschenen naar aanleiding van een project "Omgaan met vermoedens van seksueel misbruik". Zes beroepsverenigingen hadden er maar liefst meer dan twee jaar aan gewerkt en ik had het destijds gerecenseerd. In 2010, dus zestien jaar later, was dit stevige project slechts een rimpel in de vijver gebleken. Hoe konden we nu voorkomen dat het werk van de commissie-Samsom ook in de vergeethoek terecht zou komen? Het mocht niet nog een rapport worden op de stapel. Vandaar dat de commissie sterk aan-

Moed wil niet zeggen dat er geen angst is,

maar je laat je daar niet door weerhouden



'GEEF GEVOELENS DE RUIMTE'

Kirsten Regtop: 'Bij huiselijk geweld komen overweldigende gevoelens van schaamte, schuld en agressie kijken. Ik vind het belangrijk om oog te hebben voor de gevoelens van alle betrokkenen. Niet weggijken, maar gevoelens benoemen en er ruimte aan bieden. Zo word je je bewust van je eigen onderdrukte gevoelens die het geweld verstoep houden en die verandering dus in de weg staan. We mogen niet weggijken van deze gevoelens van de cliënt en van onze eigen gevoelens die ons handelen onbewust sturen. Dat betekent dat het nodig is om mensen uit te nodigen te vertellen, lastige vragen te stellen om te concretiseren, dóór te vragen en de diepte in te gaan. Enerzijds stimuleer je zo mensen bij hun onderdrukte gevoelens te komen, anderzijds creëert het bewustzijn dat er een uitweg mogelijk is.'

drong op een cultuurverandering: we moesten elkaar gaan aanspreken in plaats van zaken in de doofpot te stoppen. We moesten in gesprek gaan en erkenning geven in plaats van ons alleen op de formele regels of klacht te richten.

Hulp moet beter

Moed geeft richting aan ons persoonlijke en professionele handelen. Juist bij de aanpak van een hardnekkig en zich herhalend probleem als geweld in relaties is dat relevant. Uit driejarig onderzoek van het Verwey-Jonker Instituut onder tweehonderd gezinnen in de vier grote steden (dat momenteel herhaald wordt in het hele land) blijkt dat het partnergeweld in bijna de helft van de gevallen niet stopt. Verder ontvangt meer dan de helft van de kinderen geen hulp en zijn de moeders die geïnterviewd werden vaak niet tevreden over de hulp die zij ontvingen. In meer dan een derde van de gevallen wordt het geweld chronisch. De onderzoekers concluderen dat er specifieke hulp nodig is bij het doorbreken van het geweldspatroon: de kwaliteit van de hulp dient te worden verbeterd.

Diepgravende hulp die duurzame veiligheid biedt, dat vraagt om collectieve verandering van de aanpak van geweld. Om professionals die zich echt verdiepen, die lef tonen in het vermogen zich dienstbaar te maken om het geweld echt te stoppen. Die bereid zijn om de impact van hun werk te durven doordenken en bij te stellen. Moed betekent als professional en medeburger morele verantwoordelijkheid te nemen in onze samenleving.

Inspirerende voorbeelden

De moed van collega's en van cliënten kan ons aanmoedigen om ook ons beste werk te laten zien. Neem het voorbeeld van Aleid van den Brink. Zij liep stage bij een Blijf Van Mijn Lijf Huis in Amsterdam, werkte er aansluitend meer dan veertig jaar en gaf als directeur leiding aan de Blijf Groep. Haar speeches getuigen altijd van inhoudelijke kennis en grote wijsheid. Of neem als voorbeeld documentairemaker Louis Theroux. Hij maakte een film over de Britse presentator, dj en fondsenwerver Jimmy Savile. Nadat deze film was uitgezonden, bleek dat Savile tientallen jaren lang mensen seksueel misbruikt had. Theroux maakte een moedige tweede film, met als drijfveer dat hij wilde onderzoeken wat hij in zijn eerste film had gemist. Een inspiratiebron is ook Hameeda Lakho, die destijds als kind en jong meisje opstond tegen de mis-

handeling door haar vader en haar stiefmoeder.

In haar boek *Verborgen tralies* zegt ze daarover: 'Wat mijn vader en stiefmoeder ook probeerden, zij konden niet alle vrolijkheid in mij doden.'

Kirsten Regtop groeide steeds meer in haar vak als maatschappelijk werker door haar kwetsbaarheid tot volle wasdom te laten komen. Daarbij liet ze zich ook inspireren door een voorbeeldfiguur: 'In hulpverleningscontact merkte ik dat ik door mij kwetsbaar te mogen voelen en doordat mijn kwetsbaarheid er zijn mocht, in staat was mijn eigen onzekerheid te doorgronden. De angst voor mijn kwetsbaarheid heb ik daardoor los kunnen laten. Met haar *power of vulnerability* is Brene Brown mijn inspiratiebron. Zij weet de kracht van kwetsbaarheid, schaamte en schuld te adresseren. Juist door deze kwetsbaarheden te durven zien, ontstaat de mogelijkheid ermee om te leren gaan en het hanteerbaar te maken. Dit vraagt moed, en die moed nodigt anderen uit ook moedig te zijn. Zoals zij zelf zegt: "Moed is besmettelijk." Daar geloof ik absoluut in.'

Waarden en deugden

Het is bij de aanpak van geweld belangrijk om meer aandacht te schenken aan gemeenschappelijke waarden en deugden. Aandacht voor de houding en de mix van dienstbaarheid en eigenzinnigheid leidt tot professionele weerbaarheid en groei. Het vermogen om door te zetten ook als het moeilijk is, het grotere geheel kunnen zien maar ook de moed om af te wijken. Je kwetsbaarheid te tonen en daarin nieuwe kracht vinden of juist je nek uit te steken door stevig in je schoenen te staan.

De praktijk- en ervaringsgerichte cursus die wij hebben ontwikkeld kan helpen om zelf en met collega's moed te onderzoeken en te versterken. We bevelen aan om de cursus met één of meerdere collega's te volgen, om zo in het team profijt te hebben en verandering aan te gaan.

Als professionals vragen we cliënten vaak om moedig te zijn, geweld te bespreken, om huis en haard op te geven of het ouderschap te bespreken. Maar we bieden ze daarna onvoldoende ondersteuning bij het ontwikkelen van een nieuw perspectief. Als we onze inzet een langere adem geven en onze inspanning en onze grondhouding verdiepen, dan kunnen we de aanpak van geweld versterken en geweld vaker duurzaam een halt toeroepen. Moed is in die zin een beweging. Moed schenkt ons voldoening van ons werk. De leerschool wordt gevormd door leren op de werkvloer en het persoonlijke leven. ❖