



30 jaar

**Stichting VPSG
advies en ondersteuning bij vragen
rond seksueel geweld, geloof en zingeving
2015/2016**

Voorwoord

Een nieuwe Nieuwsbrief waarin we begonnen zijn aan ons dertigjarig bestaan. Is er wat te vieren? Natuurlijk. Steeds vaker horen we hoe belangrijk het is om over seksueel geweld te praten. Doorbreek het zwijgen. Blijf dit probleem aan de orde stellen waar je maar kunt. En: Blijf menselijk, warm, betrokken in je aandacht en je houding.

In deze Nieuwsbrief kunt u lezen waar we zoal mee bezig zijn. Ons jubileumthema 'Het houdt niet op' valt uiteen in drie poten: Hulp, Kennis en Vieren & netwerken. Ook in 2016 en 2017 zullen we met die kernthema's aan het werk blijven.

Ook na dertig jaar houden wij niet op wetend dat ook het seksueel misbruik niet op zal houden. Toch maken wij hét verschil, zo horen wij in onze spreekkamers, en daar gaat het om.

We zijn altijd benieuwd naar uw reacties. Laat gerust wat van u horen!

Gezien van der Leest, coördinator VPSG



De mensen van de VPSG:

Bestuur:

drs. Fieke Klaver (voorzitter), Govert Jeronimus (penningmeester tot maart 2015), Marijke Beelen-Christophe (penningmeester vanaf maart 2015), drs. Niny van Oerle-van der Horst, drs. Ranfar Kouwijzer

Boekhouder: Mar Blonk

Medewerksters:

Maddy de Bruin-Meijer, levensbeschouwelijk counselor, drs. Jeannette Deenik-Moolhuizen, projectmedewerkster, Judith van der Werf, levensbeschouwelijk counselor en drs. Gezien van der Leest, coördinator.

Stichting VPSG
Nieuwe Groenmarkt
2011 TW Haarlem
023-5328222
info@vpsg.nl
www.vpsg.nl
NL37INGB0000390070

INHOUDSOPGAVE

Terugblik op drie Themadagen	- pg. 2
Digitale Nieuwsbrieven	-pg. 3
Adempauze	-pg. 3
Studiemiddagen voor theologen	-pg. 4
Radiouitzendingen en boekje <i>Verborgene Geweld</i>	-pg. 4
Hoe kun je werken met <i>Samen redden we het wel</i>	-pg. 5
Uit de praktijk van het counselen	-pg. 5
Bewegings- en ontspanningsgroep	-pg.6

Terugblik op drie Themadagen

Een nieuw project in 2015 waren de themadagen! Drie bezinnings-zaterdagdagen voor mensen die al langer onderweg zijn in het verwerkingsproces van seksueel misbruik en die in hun huidige situatie nieuwe vragen tegenkomen, of oude vragen in een nieuw jasje. Want misbruikervaringen gaan een leven met je mee, je moet je er steeds opnieuw mee verhouden. Elke context vraagt om een andere benadering. Je houding en antwoord tegenover jezelf is anders dan tegenover je familie, werk, relaties, of kinderen.

Anders dan bij lotgenotendagen waarbij het delen van het verhaal centraal staat en je hoort wat de ander bezighoudt, is het hier van belang dat ieder in eerste instantie voor zichzelf komt. Het gaat om het eigen proces. Het uitgebreid vertellen van het verhaal van vroeger is minder belangrijk geworden, nu gaat het om het leven met en ómgan met het verhaal van vroeger. De groep helpt daarbij als uitdaging en bescherming: je leert aan elkaar, er zijn anderen die een soortgelijk proces doormaken en tegelijkertijd gaat ieder een eigen weg. Loop je tegen iets aan, dan neem je zelf verantwoordelijkheid en geef je aan wat je nodig hebt. Nadien is er de mogelijkheid om in een of meer gesprekken met één van de counselors te werken aan wat je bent tegengekomen.

Iedere zaterdag werpt licht op een ander aspect, een ander thema. Je maakt een pas op de plaats, onderzoekt 'waar ben ik' in dit proces, wat triggert mij bij dit thema, wat helpt, troost of maakt vrij. Dit jaar waren de thema's:

1. De plaats waar ik sta, waar ik ben.
2. Intimiteit, wonen bij jezelf.
3. Vergeving,.... een brug te ver?

Op deze dagen werken we met verschillende creatieve werkvormen die helpen om af te dalen in jezelf en te zien wat is, zoals visualisatie, ontspanningsoefeningen en tekenen. Geregeld gebruiken we een symbooltekening zoals een deur, een brug, een wei of beekje. Ze geven je de gelegenheid en een kader om naar een deel van jezelf te kijken zonder direct concreet te hoeven worden. Je praat in de beeldtaal van de tekening. Wat binnen in je leeft komt naar buiten, krijgt vorm en kleur en jij geeft er jouw woorden aan.

Ter informatie:

Symbolische tekeningen laten de werkelijkheid zien zoals je deze in je draagt. Ze geven jouw realiteit op dit moment weer, maar tegelijkertijd zijn ze ook een 'vertekening' van die werkelijkheid. Onbewust komen er dingen in de tekening mee die spelen maar nog niet verteld konden worden. Via de (band van de) tekening laten ze zich zien en bevragen. Voordeel van deze wijze van tekenen is dat het je de mogelijkheid geeft om te oefenen met een ander perspectief, bijv. door een andere standplaats in te nemen of een nieuw of alternatief spoor te verkennen. Het geeft je de regie terug.

De eerste dag hebben we gehouden in de eigen ruimte van de VPSG in Haarlem, voor de tweede en derde dag hebben we een grotere en meer centraal gelegen ruimte gezocht en gevonden in het Graalhuis te Utrecht. Het is heerlijk om te mogen werken in deze ruimte, die zorg en aandacht uitstraalt en waar elk haar plek vindt aan de grote keukentafel.

De themadagen bevallen zo goed dat we er mee doorgaan in 2016.

De data zijn: **12 maart, 28 mei en 24 september 2016.**

De dagen zijn open, je kunt je inschrijven voor een of meerdere dagen.

De thema's worden via de website bekend gemaakt.

Judith van der Werf en Maddy de Bruin-Meijer

Digitale nieuwsbrieven

Weet wat er speelt. Dat is de oproep van de VPSG aan alle professionals, in de eerste plaats pastores van alle kerken. Weet wat er speelt, want mensen met ervaring met seksueel misbruik zijn overal om ons heen. Op een dag kunnen ze een beroep op je doen. En dan moet je daarop voorbereid zijn. Je moet gezorgd hebben dat je voldoende kennis over seksueel misbruik en de gevolgen daarvan in huis hebt. Dan kun je ook iets voor iemand betekenen die een beroep op je doet.

Van oudsher is de VPSG er op gericht om door lezingen, trainingen, casusbesprekingen en publicaties pastores te ondersteunen in hun werk. Ook kunnen pastores voor feedback terugvallen op de VPSG als ze met lastige zaken worden geconfronteerd. Maar in het drukke bestaan blijft het moeilijk om je als pastor op zo veel verschillende gebieden te oriënteren en bij te scholen. En dan seksueel misbruik, een taboe waar iedereen liefst bij wegloopt. Veel pastores hebben er in hun opleiding niet veel over gehoord. Maar dan de praktijk van het werk: plotseling kan er iemand voor je staan die iets van je verwacht.

Om pastores te ondersteunen maken we sinds een paar jaar minstens drie maal per jaar digitale nieuwsbrieven waarin we zo veel mogelijk nuttige informatie over seksueel misbruik samenbrengen. In de afgelopen jaren had dat vaak betrekking op seksueel misbruik in de Rooms-katholieke kerk en instituten, de meldingen, de procedures, ervaringen van slachtoffers en regelingen voor de toekomst. Een belangrijk element was het verschijnen van het boek *'Stil in mij, overleven bij de nonnen'*, gemaakt door Daniëlle Hermans en Esther Verhoef. Daarin levensverhalen van vrouwen die terugkijken op de vernederingen en het misbruik hun door nonnen aangedaan. Daderschap van vrouwen lijkt nog een groter taboe dan wanneer de plegers mannen zijn. Daar wordt nog weinig onderzoek naar gedaan, maar we komen daar zeker op terug.

Dit soort zaken van grote omvang die in de pers komen dreigen het beeld dat mensen hebben van seksueel misbruik vaak te bepalen. Waar wij van de VPSG steeds op blijven hameren is dat seksueel misbruik voor het overgrote deel in de directe omgeving plaats vindt. In gezinnen, families, buurten, sportclub of muzieklus. Slachtoffers worden beschermd als mensen in hun omgeving juist daarvoor hun ogen niet sluiten. Meer en meer vrouwen en mannen schrijven hun ervaringen in een boek. In de nieuwsbrieven maken we daar melding van.

Intussen komt er sinds de jaren tachtig toen vrouwen voor het eerst met hun verhalen tevoorschijn kwamen steeds meer wetenschappelijk onderzoek op gang. Ook daarvan doen we regelmatig verslag. En natuurlijk melden we de studiedagen en -middagen en andere activiteiten die de VPSG zelf organiseert. Inmiddels hebben we ruim honderd abonnees. Iedereen die geïnteresseerd is kan zich aanmelden bij j.deenik@vpsg.nl.

Jeannette Deenik-Moolhuizen



Adempauze

De VPSG doet met de Groenmarktparochie en Stem in de Stad mee aan de voorbereiding en uitvoering van het stiltemoment op maandag in de Groenmarktkerk. Adempauze heet het meditatieve halve uur, van 12.30 – 13.00 uur. Even stil worden, luisteren naar een inspirerende tekst, zingen, een kaarsje aansteken en gebeden of wensen uitspreken. Even op adem komen; een rustpunt om de week te beginnen. Iedereen is van harte welkom.

NB: elke eerste maandag van de maand is er het Vredesgebed op dezelfde tijd.



Studiemiddagen voor theologen

Een nieuw initiatief is het organiseren van studiemiddagen specifiek gericht op theologen. Daarbij wordt kennis verondersteld en het vermogen om van daaruit met elkaar in gesprek te gaan. Ook kan een inleiding of een tevoren bestudeerd artikel uitgangspunt voor verdieping zijn. We zoeken altijd naar thema's die voortkomen uit het werk van de VPSG, om die nader te verkennen. De bedoeling is dat er naast meer theoretische beschouwing wordt nagedacht over toepassing in het werk van de aanwezigen. De eerste studiemiddag in maart ging over schaamte. **Hanneke Meulink-Korf** (em. docente praktische theologie) die bij het afscheid van VPSG-counselor Marthe Link sprak over *Schaamte, een teer punt in een kostbaar leven* (zie www.vpsg.nl) werkte ook nu mee. Waarom over schaamte? Schaamte is een veel voorkomend gevoel bij slachtoffers van seksueel misbruik. Schaamte om wat hen is aangedaan, schaamte om wie ze zijn of geworden zijn. Voor buitenstaanders lijkt dat onlogisch: het zijn toch niet de slachtoffers die reden hebben tot schaamte? Maar ook mensen die op een andere manier slachtoffer zijn geworden, zoals oorlogsslachtoffers, kennen die schaamte. We onderzochten hoe schaamte zich verhoudt tot schuld, hoe schaamte voorbij te komen, en wat dat betekent voor de pastorale of counselingpraktijk.

De geanimeerde middag met ruim twintig deelnemers uit alle hoeken van het land moedigde aan om ook een middag in het najaar te organiseren. Nu over vergeving. Dit keer konden te weinig mensen aanwezig zijn om de middag in deze vorm te laten doorgaan. Binnenkort zullen we in een kleinere groep een rondetafelgesprek over vergeving organiseren. Want vergeving blijft een thema waarvan veel van de mensen die bij ons komen het benauwd krijgen.

Jeannette Deenik-Moolhuizen

Radiouitzendingen en boekje 'Verborgen Geweld'

Gedurende de maand september was Judith van der Werf te beluisteren in Woord op Zondag van

Radio Bloemendaal en Kerk zonder Grenzen op 1116 AM en nu nog via internet op www.kerkzondergrenzen.nl

Het thema van deze uitzendingen is Verborgen Geweld. Uitgeverij Narratio maakte een boekje van de uitgesproken teksten. Het boekje is te bestellen onder ISBN 978 90 5263 669 6 en kost 9 euro.

Uit het voorwoord:

“In deze serie Woord op Zondag staan we stil bij verborgen geweld. Geweld dat achter de voordeur plaatsvindt en daardoor meestal niet in de openbaarheid komt. Geweld dat maar doorgaat als het niet gestopt wordt. Voor veel kinderen maar ook volwassenen is dat hun dagelijkse werkelijkheid. Wie breekt de stilte, wie brengt een keer in verstoorde relaties? We horen hun verhalen en leggen daarnaast familie verhalen van Abraham en Sara uit het bijbelboek Genesis. Deze oude verhalen zijn niet alleen als spiegel verrassend actueel, ze richten ook de aandacht naar de toekomst: waar vind je een humane, een menselijke samenleving? Wat geeft mensen een bedding, zodat ze een nieuw spoor kunnen trekken?”



Barent Fabritius (1660), Hogars heenzending

Hoe kun je werken met het boek *‘Samen redden wij het wel’?*

De VPSG is 30 jaar geleden opgezet door een paar vrouwen die betrokken waren bij de vrouw-en-geloofbeweging. Het was de tijd dat groepen vrouwen met elkaar hun leven en geloof of ook de twijfel daaraan bespraken. Toen pas vatten sommigen de moed om voor het eerst te praten over wat ze zo lang als geheim hadden meegedragen, dat deel van hun levensverhaal dat seksueel misbruik heet. Vanuit hun verhalen heeft zich in de jaren daarna veel ontwikkeld. Er is wetenschappelijk onderzoek op gang gekomen, er zijn pastorale inzichten verworven, er is vrouwenhulpverlening ontwikkeld. In het boek *‘Samen redden wij het wel’* met gedichten, artikelen, lezingen, columns en preken van Marthe Link, die 25 jaar aan de VPSG verbonden was, valt door het geheel heen die ontwikkeling van 30 jaar geleden tot nu toe af te lezen. Voor wie dat allemaal bewust heeft meegemaakt is dat leuk, herkenbaar, voor anderen interessant. Voor allen is het bemoedigend om te zien hoe vanuit kwetsuren een krachtige ontwikkeling kan worden voortgebracht. Tegelijk is het ook een uitnodiging om zelf bij te dragen aan deze ontwikkeling die nog voort moet gaan. Want het houdt niet op!

* Gespreksgroepen kunnen een of meer gedichten of liederen nemen om over te reflecteren. Dat geldt ook voor thematische artikelen over vergeving, over macht en seksualiteit of over de samenhang tussen godsdienst en seksualiteit/seksueel geweld.

* Voor alle pastoraal werkenden, beroeps of vrijwilliger zijn er de bemoedigende artikelen over de praktijk van pastoraat aan slachtoffers van seksueel misbruik. Onder andere het artikel met de titel van het boek. Een paar raadgevingen vanuit de praktijk toepassen kunnen al zoveel betekenis hebben voor wie hulp en heil zoekt.

* Voor die pastorale praktijk, maar eigenlijk voor elke belangstellende is er een basisartikel, waarin wordt geschetst wat onder seksueel misbruik moet worden verstaan, wat de gevolgen ervan kunnen zijn. En hoe geloof en godsdienst een rol kunnen spelen in het opgelopen trauma. Kan God ter sprake worden gebracht, en hoe dan?

* En waarom zouden pastores niet eens een van de liederen laten zingen of een gedicht in een kerkdienst laten klinken in preek of voorbede? Of houd eens een preek over seksueel misbruik, geïnspireerd door de preken van Marthe. De vele kerkgangers die zelf seksueel misbruik hebben meegemaakt zullen ervan opleven.

* Wie voor zichzelf verdieping zoekt zijn er bovendien de preken en de verhalen over zwakke vrouwen die toch maar wat sterk bleken.

Het boek is leverbaar via de boekhandel of te bestellen bij de VPSG, voor €18,45 (incl. verzendkosten)

Jeannette Deenik-Moolhuizen



Uit de praktijk van het counselen:

Terugkijkend op een jaar werken bij de VPSG valt me op hoe het woord 'tevoorschijn luisteren' voor mij als counselor kleur krijgt. Ik kon nooit zoveel met dat woord. Het klinkt als een technische term, maar er hangt ook een soort magie omheen. Alsof je een achtste zintuig moet hebben om dat te kunnen. Ik gebruik het woord, maar voel de nodige aarzeling. Want wat moet er dan tevoorschijn geluisterd worden? Laat wat onuitspreekbaar is zich eigenlijk wel vertellen? En moet dat ook?

In de loop van dit jaar heb ik heel wat mensen gesproken, van allerlei leeftijden. Hun verhalen verschillen en het maakt uit waar ze zijn op hun weg. Gaandeweg heb ik een instap gevonden: zijn bij wat zich aandient en waar iemand op dat moment is en tegenaan loopt. Ik hoef niet alles te weten, niet alle feiten hoeven verteld te worden. Als bij een grondboring, zo vertrouw ik, laat zich in dat kleine stukje van de werkelijkheid ook het geheel van de verschillende lagen zien en horen.

Geregeld vraag ik of ze een tekening willen maken. Dan kan iets woorden krijgen in hun eigen beeld-taal. En is iets een beeld geworden, een af-beeld-ing van een gebeuren of een beeld uit hun innerlijke wereld, dan kun je er samen van een afstandje naar kijken. Dat geeft zowel de cliënt als de counselor ruimte om te bewegen. Je proeft

samen wat er is, voorzichtig en met omcirkelende bewegingen, tot zich een opening voordoet, een helderheid die inzicht biedt. Dan kun je als cliënt je handelingsmogelijkheden verkennen en actief de regie nemen of hernemen. Het versterkt de grond onder je voeten.

Een aparte ervaring dit jaar vond ik de gesprekken met twee mensen die in hun vroege jeugd misbruikt waren door een katholieke geestelijke. Na het zien van een tv-uitzending over misbruik in de RK kerk waren er oude herinneringen boven gekomen. Ze dienden een klacht in bij het meldpunt van de RK Kerk, kregen een advocaat toegewezen voor juridische ondersteuning, maar hulp bij het opdelven en verwoorden van hun verhaal vonden ze er niet. Zo kwamen zij bij de VPSG terecht. Maar wat zolang is weggestopt laat zich niet zomaar vertellen. Het is zoeken in je herinnering, navragen bij familie en instanties om de benodigde gegevens bij elkaar te sprokkelen. Bij de een hielp het dat er steunbewijs was waardoor er, al voordat de rechtszaak plaatsvond, een gevoel van erkenning aanwezig was. Bij de ander ontbrak het steunbewijs maar daar hielp de taal van tekeningen het verhaal te openbaren. Bestaande losse puzzelstukjes vielen een voor een op hun plek. Onlangs was de zitting van de kerkelijke rechtbank. Ik mocht erbij aanwezig zijn. Wat mij trof in het gebeuren was dat terugziend op het geleefde leven er een rust over deze cliënt was gekomen die haar sterkte om nu te leven.

Judith van der Werf

Bewegings- en ontspanningsgroep: je kan er veertien dagen tegen!

Al drie jaar gaat een groep vrouwen, waarvan de oudste 84 jaar is, met veel plezier één dinsdagochtend om de veertien dagen naar een ruimte op de Nieuwe Groenmark voor de bewegings- en ontspanningsgroep van de VPSG. Onder de bevoegen leiding van Kitty Steenvoort, zij is een ervaren yogadocente, doen wij op prachtige muziek de oefeningen. Kitty heeft afgelopen jaar de *'Training Trauma Sensitive Yoga'* bij David Emerson gevolgd. Hij is een ervaren traumatherapeut en een deskundig yogaleraar uit de V.S., die in juni deze training in Nederland heeft gegeven. Kitty heeft deze kennis en inzichten opgenomen in haar zorgvuldige en vrolijke manier van lesgeven. Zij noemt in haar lessen hoe belangrijk het is om het lichaam op een vriendelijke manier uit te nodigen om in beweging te komen. Op een rustige manier doet zij de oefeningen voor en mee, zodat je er voor kunt kiezen om in die beweging mee te gaan, maar het hoeft niet, een ieder krijgt de ruimte om de oefeningen op een eigen wijze te kunnen doen: op een matje of op een stoel, langzaam of wat sneller. De bewegingsoefeningen zijn er op gericht om de kracht van het lichaam te doen voelen en versterken, maar ook om te kunnen ontspannen en bewust te worden van je adem. De vrouwen die aan de bewegingslessen meedoen, vertellen dat het fijn is om alle rust te krijgen om bij jezelf te komen en aandacht te geven aan je adem, dat het je altijd raakt in je spieren en emoties. We vinden het fijn en belangrijk dat we als VPSG een veilige vorm van het verwerken van seksueel misbruik kunnen aanbieden, waarbij het lichaam betrokken is; het lichaam is immers de drager van de verhalen.

Zin om mee te doen in 2016 ?

In een groep op eigen wijze oefenen met ademen, balans bewaren, bewegen, yoga en ontspanning op mooie muziek. De data in het voorjaar van 2016 zijn: **19 januari, 2 en 16 februari, 15 en 29 maart, 12 en 26 april, 10 en 24 mei, 7 en 21 juni 2016**

De les begint om 10.30 en eindigt om 12 uur, daarna is er voor wie dat wil gelegenheid om thee te drinken en na te praten bij de VPSG. Voor de oefeningen is het fijn om makkelijke losse kleding te dragen en een yogamatje en een fleecedeken mee te nemen. Adres: verzamelen bij Nieuwe Groenmarkt 8. De kosten zijn (minimaal) 5 euro (mocht dit een bezwaar zijn, dan is er altijd te overleggen).

Meer informatie: info@vpsg.nl of tel: 023-5328222, www.vpsg.nl

Lezen: *'Traumaverwerking door yoga'* geschreven door David Emerson en Elizabeth Hopper.

Maddy de Bruin