

TRAUMASEKSUOLOGIE & PSYCHODRAMA

handboek begeleiden na seksueel misbruik

Peter John Schouten

© 2020 Peter John Schouten

Vormgeving: Michaëla Geerdsema

Foto auteur kافت: Joyce Bongers

ISBN 978-94-6301-282-9

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

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 enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.
traumaseksuologie.nl

Uitgeverij Eburon
Vredenburg 40
3511 BD Utrecht
tel. 030-2273350
info@eburon.nl / www.eburon.nl

INHOUD

| | |
|--|-----------|
| VOORAF | 8 |
| Leesaanwijzingen | 9 |
| Voor wie | 10 |
| Onderzoek en verantwoording | 11 |
| Inleidend | 17 |
| Adagium | 19 |
| Uitgangspunten | 21 |
| | |
| 1 TRAUMASEKSUOLOGIE | 25 |
| Samenvatting | 26 |
| Definitie traumaseksuologie | 26 |
| Definities trauma en seksueel misbruik | 27 |
| 1 Het moment | 29 |
| 2 De shade | 37 |
| 3 De gevolgen | 43 |
| A Psychische dwarslaesie | 51 |
| B Traumaseksualiteit | 52 |
| C Levensbewegingen | 55 |
| D Autonome psychodrama's | 56 |
| 4 Noodzaak traumaseksuologie | 60 |
| 5 Hulp bij herstel | 83 |
| | |
| 2 PSYCHODRAMA | 87 |
| 1 Psychodrama | 88 |
| Inleiding | 88 |
| A Eigen discipline | 89 |
| B Magie | 92 |
| C Op een A4-tje | 96 |
| D Rollen | 97 |
| E Technieken | 99 |
| 2 Psychodrama proces | 102 |
| A Warming up | 103 |
| B Opbouw scène | 104 |
| C Catharsis | 108 |
| D Integratie | 110 |
| E Proces en analyse | 112 |

| | | |
|----------|----------------------------------|------------|
| F | Momenten | 114 |
| G | Dogma | 115 |
| 3 | Regisseren | 118 |
| A | Functies | 119 |
| B | Ideale regisseur | 120 |
| C | Ethiek | 126 |
| D | Rolzuiverheid | 128 |
| E | Overdracht en tegenoverdracht | 131 |
| F | Splitsingen | 133 |
| 4 | Traumaseksuologie en psychodrama | 136 |
| | Connecties | 137 |
| | Neuropsychodrama | 140 |
| 3 | BEGELEIDEN | 145 |
| | Doelgroep | 146 |
| | Voor wie zet je je in? | 146 |
| | Over begeleiden | 153 |
| I | Weten | 156 |
| A | Kennis over begeleiden | 156 |
| B | Voor jezelf | 161 |
| C | Weten over de relatie | 164 |
| 2 | Werk | 167 |
| A | Dader eruit | 167 |
| B | Onderweg | 172 |
| C | Proces en rol | 180 |
| D | Vaardigheid en houding | 185 |
| E | Ervaringsdeskundigheid | 190 |
| 3 | Methoden | 192 |
| A | Triade technieken | 192 |
| B | Duwen in de diepte | 193 |
| C | Helpen met Psychodrama | 194 |
| D | Diagnoses | 196 |
| 4 | HUIS VAN HERSTEL | 203 |
| | Inleiding | 203 |
| A | Verwerkingsproces | 204 |
| B | Huis van herstel | 207 |
| C | Innerlijke structuur bewerken | 208 |
| D | Introductie zaalwerk | 209 |
| E | Inhoud en plattegrond | 211 |
| I | Atrium | 214 |
| A | Reconstructie & tests | 214 |
| 2 | Afdeling Onder ogen | 218 |

| | | |
|----|--|------------|
| A | Bagatel | 219 |
| B | Serieus nemen | 220 |
| C | Geheim | 220 |
| D | Schuld | 224 |
| E | Schaamte | 228 |
| F | Collectieve Nee | 229 |
| 3 | Schadepaviljoen | 232 |
| A | Verloren seconde | 232 |
| B | Interne structuur | 233 |
| C | Seksuele structuur | 235 |
| D | Bedding | 238 |
| 4 | Afdeling Psychisch dwarslaesie | 240 |
| A | Dissociatie | 242 |
| B | Verdeeldheid | 256 |
| C | Zelfbescherming | 277 |
| D | Agressie | 282 |
| E | Lichaam | 302 |
| 5 | Afdeling Traumaseksualiteit | 315 |
| A | Traumaseksualiteit | 316 |
| B | Seksuele scènes | 319 |
| C | Ik/dader carrousel | 323 |
| D | Zeven stoelen van intimiteit en seksualiteit | 331 |
| 6 | Afdeling Familie en relaties | 336 |
| A | De familiekamer | 341 |
| B | Relaties | 346 |
| 7 | Afdeling Afscheid | 354 |
| A | Afscheid en overgang | 354 |
| B | Zes daderverbindingen | 360 |
| C | Catharsis | 364 |
| 8 | Afdeling Integratie | 366 |
| A | Integratie | 367 |
| B | Het lege toneel | 371 |
| 9 | Afdeling Betekenis, zin en ziel | 374 |
| A | Vergeven | 374 |
| B | Betekenis | 376 |
| C | Spiraal naar de ziel | 379 |
| 10 | Afdeling Groepswerk | 382 |
| 11 | Om de dorpspomp | 397 |
| | BRONNEN | 403 |
| | Literatuur | 404 |
| | Bedankt | 407 |
| | Websites | 408 |

VOORAF

In vier hoofdstukken wordt nauwkeurig en in detail, alle facetten van het begeleidingsproces beschreven van mannen en vrouwen die van het seksueel misbruik uit hun jeugd willen herstellen. Als fundament voor alle interventies wordt de nieuwe wetenschap Traumaseksuologie geïntroduceerd. Hierin worden de waarneembare gemeenschappelijke kenmerken van mensen met een seksueel misbruik verleden beschreven. Deze fenomenen worden ondergebracht in hanteerbare begrippen en definities en herleid tot wetmatigheden. Psychodrama is een belangrijk onderdeel van de ontdekkingsreis naar heling, omdat hiermee in drie dimensies gewerkt kan worden aan diep bewustzijn en waarlijke verandering en genezing. Als begeleider ben je zelf het deskundige instrument in de ontmoeting met je cliënt. Dat betekent, dat je je eigen bewegredenen kent en je houding en vaardigheden steeds onder ogen ziet. Je krijgt een heel Huis van Herstel tot je beschikking om met je cliënt door heen te lopen en waar jullie letterlijk kamers kunnen bezoeken die een knooppunt in de geschade innerlijke structuur symboliseren. Daar zijn mogelijkheden om het wezenlijke werk te doen. Werk dat er toe doet.

LEESAANWIJZINGEN

De doelgroep van dit boek zijn begeleiders van mensen m/v die seksueel zijn misbruikt in hun jeugd. Ik spreek deze lezers aan met *je*. Dat is om dicht bij te komen en echt samen te kijken naar je werk met deze groep en je eigen houding en gevoelens aan te raken om echt van binnenuit, met hart en ziel, te werken met deze doelgroep.

Ik spreek over de groep die je begeleidt als *cliënten* of *slachtoffers*.

Schuin gedrukt zijn citaten van de doelgroep seksueel misbruikte mensen.

In blauw staan statements over het werk, de doelgroep, de begeleiding, enz.

┌ Voor meer begrip is het soms nodig om dieper in de huid te kruipen van het slachtoffer / je cliënt. Dan volgt een statement in de je-vorm die spreekt tegen of vanuit diens wereld. Om verwarring te voorkomen staan deze teksten in een kader en in grijs. Hier is 'je' dus niet de begeleider maar de cliënt. ┘

Voor de meeste lezers zal dit niet een boek zijn dat je even gemakkelijk uit-leest. Hoe verder je komt des te meer maak je contact met de gruwelijke waarheid van de enorme schade die seksueel misbruik aanricht. Vooral het Huis van Herstel in hoofdstuk vier moet je bij stukjes en beetjes tot je nemen. Dat is echter ook het Huis van Hoop omdat daar in iedere zaal weer opnieuw mogelijkheden voor herstel geboden wordt.

VOOR WIE?

Dit boek is geschreven voor begeleiders en omstanders van mensen die in hun jeugd seksueel misbruikt zijn. Begeleiders zijn hulpverleners, agogen, psychologen, therapeuten, psychiaters, studenten en ervaringsdeskundigen en zij die ervaringsdeskundige willen worden. Omstanders zijn artsen en specialisten (o.a. urologen en gynaecologen), die te maken hebben met de effecten die seksueel misbruik vanuit het onbewuste laat zien, bij onderzoek en na een narcose. Ook een breder publiek dat meer in de diepte wil weten over seksueel misbruik en de enorme schade en gevolgen daarvan voor slachtoffers en hun omgeving, zullen antwoorden vinden op hun vragen.

Dit werk is de grote broer van mijn boek ‘Traumaseksualiteit’ dat in 2016 verscheen en dat geschreven is voor de doelgroep zelf. Nu is de focus gericht op het begeleiden van het werk, dat in het helingsproces na seksueel misbruik gedaan moet worden.

Aanleiding

De aanleiding tot het schrijven van dit boek zijn de vragen van hulpverleners, ervaringsdeskundigen en de studenten aan mijn opleidingen Psychodrama en Traumaseksuologie, over mijn expertise op het gebied van het verwerken van een seksueel jeugdtrauma. Vertellen erover en de vele werkmodellen uitleggen was niet genoeg. Het moest op papier en het moest ook niet te lang duren. Daarnaast kwam in mijzelf de wens naar boven om mijn eigen levenstaak hiermee verder vorm te geven.

Er is vraag naar goede hulpverlening en zeker naar andere benaderingen dan die in het huidige reguliere veld worden aangeboden. Daar zijn kortdurende behandelingen en werken met vaststaande protocollen nu in de mode. De meeste slachtoffers blijven echter doorzoeken na deze hulp, omdat de echte kern van het probleem daar nog niet wordt aangeraakt. Seksueel misbruik is een levensthema omdat de schade ervan in alle facetten van het leven binnendringt. Dat vergt een speciale aanpak en een diepgaande relatie met een creatieve begeleider, die durf, lef en doorzettingsvermogen heeft.

DE VIER HOOFDSTUKKEN

In vier hoofdstukken worden nauwkeurig en in detail alle facetten van het begeleidingsproces beschreven. De basis om vanuit te werken (Traumaseksuologie), werken in drie dimensies (Psychodrama), vakmatig handelen in houding en methodiek (Begeleiden) en theorie en modellen als hulpmiddel bij het verwerkingsproces (Huis van Herstel).

1. Traumaseksuologie

Als fundament voor alle interventies wordt in dit eerste hoofdstuk de nieuwe wetenschap Traumaseksuologie geïntroduceerd. Hierin worden de waarneembare gemeenschappelijke kenmerken van mensen met een seksueel misbruik verleden beschreven en herleid tot wetmatigheden. Deze fenomenen worden ondergebracht in hanteerbare begrippen en definities.

Deze wetenschap is nodig om verder te komen met de kennis over seksueel misbruik en nieuwe antwoorden te vinden op vragen rondom heling en herstel. Er is al kennis over de impact van het moment, de eerste, ingrijpende, grensoverschrijdende, schokkende seksuele ervaring waar, in een enkele seconde de innerlijke structuur van een kind ernstig wordt geschaad. De duivelse verbinding van seksualiteit en een schokkende ervaring die hierbij ontstaat, leidt tot schier onontwarbare verwarring. De schade die ontstaat in dit moment van misbruik leidt tot specifiek gedrag, dat waarneembaar is in Traumaseksualiteit en de Psychische Dwarslaesie. Ook de uit de schade voortkomende levensthema's zijn te zien in de autopsychodrama's die mensen uitleven in het leven van alledag. Bij het verwerkingsproces staat het collectieve nee in de weg om volledig te kunnen herstellen.

2. Psychodrama

Dit hoofdstuk beschrijft psychodrama als manier van kijken naar het onderwerp seksueel misbruik en de mogelijkheden die er zijn om via deze menselijke manier van omgaan met problemen, oplossingen te creëren. Psychodrama is een methode om helderheid te verkrijgen over persoonlijke-, interpersoonlijke- en sociale structuren. De zienswijze op psychodrama wordt gebruikt om duidelijk te maken dat in de realiteit van alle dag, mensen hun eigen scènes creëren. Die scènes zijn, na seksueel misbruik, gebaseerd op wat ze hebben meegemaakt in het eerste moment. Deze auto-psychodrama's laten de ervaringen uit hun moment zien en zijn goed waar te nemen in de effecten van de Psychische Dwarslaesie en van Traumaseksueel gedrag. Psychodrama als visie en methode van werken, heeft alle gereedschap beschikbaar om voor heling van seksueel trauma te worden ingezet. Belangrijk is dat psychodrama

hier niet als een elitaire therapeutische methode wordt beschreven, maar als onderdeel van het dagelijkse leven. Psychodrama is eigendom van iedereen en kan begrepen worden door iedereen.

3. Begeleiden

Het derde deel is geschreven voor degenen die als begeleider hulp verlenen aan slachtoffers van seksueel misbruik. Wat betekent het om mensen te begeleiden na seksueel misbruik? Wil je behandelen of begeleiden en hoe help je bij wat? Lees in dit hoofdstuk de aanwijzingen voor het handelen als (ervarings-)deskundige. Welke houding is gezond en helpend en welke interventies zijn belangrijk om te doen? Een accent ligt op de magie van de mens, hoe die te bereiken is en hoe die van invloed is. Hoe help je de ankerpunten in de innerlijke structuur aan te pakken, waaraan de dader zich als heerser heeft vastgehecht? Wat zijn de dingen die je juist niet moet doen en hoe voorkom je hertraumatisering?

4. Het huis van herstel

Het vierde hoofdstuk is de beschrijving van het verwerkingsproces aan de hand van een metafoer: **het huis van herstel**. Het huis beschrijft in drie dimensies het herstelproces dat doorlopen moet worden na seksueel misbruik in de jeugd.

Het is een groot gebouw met verschillende vleugels die elk een eigen thema uit de schade vertegenwoordigen. Onder een vleugel vallen weer verschillende zalen die ieder een aspect, een onderdeel, van het helingsproces zijn. De indeling weerspiegelt de innerlijke structuur van een slachtoffer. Je loopt letterlijk naar de pijnlijke punten, de thema's waarin werk te verrichten is. Er liggen modellen klaar om verder te kunnen komen met het betreffende onderwerp. Er is ingericht met speciale attributen die bij het onderwerp horen, of er staat een opstelling klaar voor de cliënt om te gaan ervaren of het voor hem of haar ook zo is. Je maakt, door naar een kamer te gaan, ('je kan er gewoon naar toe lopen') dieper contact met het betreffende thema. De focus op het item isoleert het van de andere, warmt het op en dramatiseert het onderwerp. Hierdoor worden gevoelens wakker en kan worden beseft, gevoeld en onderscheiden.

In elke zaal is een begeleider nodig. Je leert wat je als 'zaalwachter' kan doen om met het slachtoffer het thema met affect en effect door te werken. Dat helpen is vaak lastig omdat het meestal gaat om een paradox die moeilijk uit de klemredenering te wrikken is.

DE OPLOSSING BEGINT MET HET BEWUST WORDEN
VAN HET PROBLEEM