

Behoeften van slachtoffers van seksueel geweld

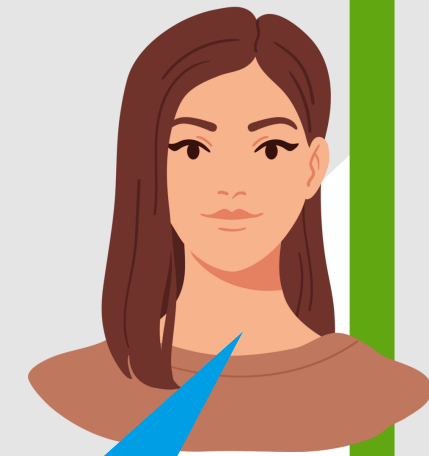
Inzicht in de behoeften van slachtoffers van seksueel geweld is nodig voor een passend hulpaanbod. Hieronder wordt in één oogopslag helder welke emotionele, psychologische, praktische en juridische behoeften zij hebben. De behoeften die het meest zijn genoemd, zijn blauw. Onderaan volgt ook een beschrijving van de ideale hulpverlener, zoals de respondenten dat hebben beschreven.

Emotionele behoeften

- **Delen van je ervaring in een vertrouwde omgeving**
- **Lotgenotencontact**
- **Hulpverlening door ervaringsdeskundige hulpverlener**
- **Cultuursensitieve hulpverlening**
- **Seksuele voorlichting en seksuele ontwikkeling na seksueel geweld**
- **Werken aan zelfliefde en zelfwaardering**
- **Coaching en begeleiding voor (omgaan met) netwerk**



"Mijn zussen moesten het ook verwerken, want het was ook iemand met wie zij zijn opgegroeid. (...) Het was moeilijk voor mijn ouders."



"Het voelde alsof ik mij altijd in een onveilige situatie bevond. Met lichaamstherapie kwam ik achter onbewuste responses die ik had. Je lijf erkent veel eerder wat je ervaart dan je brein."

Psychologische behoeften

- **Kennis over (de invloed van) seksueel geweld, om signalen te leren herkennen**
- **Cognitieve therapie zoals CGT en traumatherapie zoals EMDR**
- **Handelingsperspectief bij triggers**
- **Lichaamsgerichte therapie**
- **Alternatieve therapieën zoals een smash room of paardentherapie**
- **Grenzen leren stellen**



"Je leert jezelf beter kennen, maar je leert ook je zwakke punten kennen. Zoals dat je niet weet wat je eigen grenzen zijn. En dan komt de vraag op: hoe vind ik die? En je leert dan hoe je daarmee om kunt gaan."

"Op een gegeven moment gingen we naar de autosloop. We mochten ons uitleven. In beide situaties waarin ik slachtoffer werd, heb ik fysiek niets kunnen doen, dat heb ik moeten ondergaan. Daarom was dit heel bevrijdend en overwinnend."

"Wat staat me allemaal te wachten als slachtoffer en waar kan ik terecht als ik hulp nodig heb of wil praten?"



Praktische behoeften

- **Begeleiding bij het vinden van passende hulpverlening en informatie over hulpverleningsroute, bijvoorbeeld door een routekaart**
- **Medische behoeften direct na het seksueel geweld, zoals soa- of zwangerschapstest, schone kleding en douche**



"Ik voelde niet zozeer de behoefte om de persoon juridisch terecht te stellen, maar wel om hem zelf te confronteren. Het was fijn om daarin begeleid te worden en het lucht toch op om die persoon te confronteren. Om te kunnen zeggen: 'tot hier en niet verder'"

Juridische behoeften

- **Voorlichting over juridische mogelijkheden**
- **Mediation tussen slachtoffer en pleger**



"Welke juridische stappen kan ik zetten? Hoe doe ik aangifte, en wat gebeurt er als ik dat doe?"



De ideale hulpverlener:

- **Gaat zonder oordeel het gesprek aan**
- **Is deskundig op het gebied van seksueel geweld**
- **Schuwt het onderwerp niet, maar dwingt een slachtoffer niet om het geweld expliciet te maken**
- **Respecteert het slachtoffer als ze geen energie heeft**
- **Is bekend met het hulpaanbod**
- **Geeft een indicatie van wachttijden en is altijd bereikbaar**

In opdracht van het programma tegen Seksuele Intimidatie en Seksueel Geweld (SIG) van de Gemeente Amsterdam heeft DSP-groep onderzoek gedaan naar de behoeften van slachtoffers van seksueel geweld. We hebben deze behoeften onderzocht door tien vrouwelijke slachtoffers van seksueel geweld tussen 21 en 41 jaar te interviewen. De meeste respondenten zijn pas op latere leeftijd hulp gaan zoeken voor seksueel geweld dat in de kindertijd heeft plaatsgevonden, onder meer omdat ze pas op latere leeftijd te maken kregen met problematiek die voortkwam uit het slachtofferschap. De steekproef is niet representatief voor alle slachtoffers van seksueel geweld, maar we hebben het in dit onderzoek wel over een doelgroep die vaak onderbelicht blijft en erg belangrijk is. Uit literatuur blijkt namelijk dat vrouwen gemiddeld 16 jaar wachten tot ze uit eigen beweging met iemand over hun ervaring praten. Eerdere behoefteonderzoeken in opdracht van het programma SIG richtten zich voornamelijk op de behoeften van slachtoffers wiens ervaring korter geleden was. Daarmee vormt het huidige onderzoek een waardevolle aanvulling op eerdere behoefteonderzoeken.