

Een ongezien, onbegrepen en ingrijpend probleem

Opinie: Emotionele en psychische mishandeling

Tako Engelfriet en Iris Koops

Samenvatting

In elke definitie van huiselijk geweld en kindermishandeling is naast fysiek en seksueel geweld, ook emotionele en psychische mishandeling opgenomen. Deze vormen van mishandeling komen vaak voor en de gevolgen ervan zijn groot. Emotionele en psychische mishandeling krijgen in de praktijk echter nauwelijks de

aandacht die nodig is. Het lijkt een institutionele blinde vlek: het is niet expliciet strafbaar en specifieke preventie en zorg ontbreekt. In dit opinieartikel doen we een aantal aanbevelingen om de zorg rondom emotionele en psychische mishandeling te verbeteren. Daarbij hebben we in het bijzonder aandacht voor vechtscheidingen.

Wat is emotionele en psychische mishandeling? Om met een belangrijk onderscheid te beginnen: mishandeling is fundamenteel anders dan verwaarlozing. Verwaarlozing is nalaten om te doen wat een kind nodig heeft, vaak met ouders die wel willen maar niet kunnen. Mishandeling is actief: een kind of partner iets consequent aandoen. Bij emotionele en psychische mishandeling is bovendien vaak sprake van een eenzijdig, instrumenteel machtspatroon. Daders streven ernaar om hun kind en/of partner verregaand te controleren en volledige macht over hen uit te oefenen. Dit wordt ook wel *coercive control* genoemd

(‘dwingende controle’) of intieme terreur (Dijkstra, 2019). Dit gegeven wordt hierna verder uitgediept.

Meer aandacht gewenst

Emotionele en psychische mishandeling bestaat uit het stelselmatig onderuithalen, diepgaand verwarren, dwangmatig controleren, verregaand bedreigen, manipuleren, sociaal isoleren, dagelijks denigreren, intimideren, emotioneel chanteren en het corrumperen van de psychische en fysieke gezondheid van een kind of partner (Hibbard et al., 2012). Kinderen, en vaak ook de partner, leren leven met een permanente, ernstige vorm

van dreiging die latent altijd aanwezig is, zonder mogelijkheid tot ontsnappen (Dijkstra, 2019).

Uit onderzoek blijkt dat emotionele en psychische mishandeling de kern is van huiselijk geweld en kindermishandeling. Het gaat bovendien vrijwel altijd samen met en vooraf aan fysieke en seksuele mishandeling (Rees, 2010). Bovendien is regelmatig sprake van emotionele en psychische mishandeling in vechtscheidingsituaties (De Ruiter & Van Pol, 2017). Uit onderzoek blijkt verder dat zorgverleners zelden doorvragen naar emotionele en psychische mishandeling (Nagar et al., 2020). Meer aandacht binnen de zorgverlening voor dit thema is dus zeer gewenst.

Frequent en ingrijpend

Emotionele en psychische mishandeling komt zeer vaak voor. Tussen de 5% en 8% van de volwassen bevolking rapporteert een ernstige vorm ervan te hebben meegemaakt in hun jeugd (Hibbard et al., 2012). Volgens onderzoek is het in Nederland verreweg de meest voorkomende vorm van mishandeling: in meer dan 80% van de actuele situaties met partnergeweld en kindermishandeling in Nederland komt het voor (Verwey-Jonker Instituut, 2019). Ook uit internationaal onderzoek en van TNO naar *Adverse Childhood Experiences* (ACE's) blijkt dat emotionele en psychische mishandeling de meest voorkomende vorm van mishandeling is.

Onder andere uit onderzoek gepubliceerd in *The Lancet* blijkt dat de gevolgen van langdurige emotionele en psychische mishandeling ernstiger kunnen zijn dan die van seksueel en fysiek geweld (Gilbert et al., 2009). Emotionele en psychische mishandeling veroorzaakt bij kinderen structurele veranderingen in de hersenen, het zenuwstelsel, het maag-darmsysteem en diverse andere delen van het lichaam, zo blijkt uit onderzoek van onder andere de *American Psychological Association* (Spinazzola et al., 2014). Slachtoffers hebben een verhoogd risico op depressie en suicide, alcohol- en drugsmisbruik, sociale angsten en fobieën, dissociatieve klachten, (C)PTSS, psychiatrische

problematiek, eetstoornissen en diverse fysieke klachten en (chronische) ziekten (Gilbert et al., 2009).

Impact onderschat

Het lastige aan emotionele en psychische mishandeling is dat het vanaf de buitenkant meestal moeilijk waarneembaar is. Dit hangt samen met het gedrag van veel plegers van huiselijk geweld en kindermishandeling: ze hebben meestal (trekken van) een narcistische of antisociale persoonlijkheidsstoornis (Tierolf et al., 2014). Deze daders gedragen zich destructief achter de voordeur maar vertonen normaal gedrag richting de buitenwereld. Het is een van de redenen waarom emotionele en psychische mishandeling vaak verborgen blijft (Shaw, 2013).

Veel mensen zien seksueel en fysiek geweld terecht als een ernstige vorm van huiselijk geweld en kindermishandeling. Voor emotionele en psychische mishandeling geldt dit echter minder: in de media bijvoorbeeld gaat het vrijwel altijd over seksueel of fysiek geweld en zelden over emotionele en psychische mishandeling (Sims, 2008). Omstanders reageren vaak onbeholpen of onkundig. Slachtoffers krijgen vaak uitspraken te horen als: 'gelukkig ben je niet geslagen' of 'in elk gezin is wel eens ruzie' (Koops, 2017).

Gezien de onderschatting van de impact van emotionele en psychische mishandeling zouden wij graag een aantal aanbevelingen doen om de aanpak hiervan te verbeteren. Daarbij richten we ons vooral op emotionele en psychische mishandeling rondom vechtscheidingen.

De gevolgen van psychische mishandeling kunnen ernstiger kunnen zijn dan die van seksueel en fysiek geweld

Het ontbreekt aan *evidence based* zorgaanbod

1. **Zorg voor meer kennis bij professionals en ontwikkel richtlijnen en instrumenten**

Emotionele en psychische mishandeling is in Nederland, in tegenstelling tot fysiek en seksueel geweld, een vrij onbekend fenomeen. Specifieke kenniscentra, handreikingen, richtlijnen, opleidingen of trainingen bestaan niet of nauwelijks. Het ontbreekt aan *evidence based* zorgaanbod, gerichte instrumenten, preventiebeleid en een wetenschappelijk onderzoeksprogramma, terwijl investeringen hierin hard nodig zijn (Vachon et al., 2015). We zouden dan ook graag zien dat hier veel meer op wordt ingezet. Kennis van emotionele en psychische mishandeling is essentieel om complexe jeugdzorgzaken en specifiek vechtscheidingen effectief te kunnen duiden.

Kernpunt in de verspreiding van kennis is het gegeven dat daders vaak goed in staat zijn om zowel het slachtoffer als de hulpverlening op het verkeerde been te zetten. Terwijl getraumatiseerde slachtoffers angstig, verward en emotioneel overkomen op professionals en de oorzaak van gezinsproblemen lijken te zijn, komen daders

Het Verdwenen Zelf

De naam van het Verdwenen Zelf slaat op het effect van jarenlange emotionele en psychische mishandeling. Het is de missie van het Verdwenen Zelf om de kennis over deze vormen van mishandeling te vergroten. Bij slachtoffers, zodat zij emotionele en psychische mishandeling herkennen en mogelijkheden zien om te herstellen, en ook bij professionals, zodat zij slachtoffers kunnen beschermen en effectief kunnen bijstaan in hun herstel. Zie: <https://professionals.verdwenenzelf.org/>.

richting zorgverleners of rechters vaak stabiel over. Hierdoor kan het geweld vaak ook jarenlang ongemerkt voortbestaan (Dijkstra, 2019). Bovendien bestaat er een groot risico dat professionals de verantwoordelijkheid voor problemen binnen gezinnen vervolgens bij het slachtoffer beleggen. Het Verdwenen Zelf (zie kader) heeft de afgelopen zeven jaar vele, schrijnende getuigenissen ontvangen van slachtoffers die hierop wijzen.

Het vergt de nodige ervaring en gerichte training voor professionals om het achterliggende emotionele en psychische geweld te kunnen signaleren. Ze moeten traumaklachten bij de kinderen en de getroffen ouder kunnen herkennen, maar ook inzicht in de verwarrende wereld van narcisme is nodig om mogelijke daders te kunnen identificeren (Shaw, 2013). De feitelijke dynamiek tussen dader en slachtoffer ontdekken die zich achter deze façade afspeelt, is van groot belang bij het bepalen van de koers binnen trajecten die professionals uitvoeren (zie aanbevelingen 2 en 3).

2. **Heb aandacht voor het ontschuldigen van slachtoffers**

Bij zowel vechtscheidingen als hersteltrajecten waarbij emotionele en psychische mishandeling speelt, is een morele stellingname van belang: kiezen voor het beschermen van slachtoffers. Deze morele stellingname is van belang omdat de getroffen partners zichzelf van alles de schuld geven: zowel van het feit dat ze in een relatie terecht kwamen die uitmondde in mishandeling, als van het feit dat ze de kinderen hieraan blootstelden. Kinderen begrijpen de destructieve situatie en de daaropvolgende echtscheiding meestal niet en nemen vaak automatisch aan dat het aan hen ligt.

Het fnuikende van psychische en emotionele mishandeling is dat het proces zich vaak sluipenderwijs heeft voltrokken en slachtoffers zichzelf al veel te veel verantwoordelijkheid toedichten voor iets waar ze nooit om gevraagd hebben. Het snelle benadrukken van het 'eigen aandeel' van slachtoffers werkt daarom averechts: ze voelen al veel schuld en schaamte, daartoe aangewakkerd door

de dader, en moeten vervolgens nog meer aan zichzelf werken. In een therapiesetting moet het uitgangspunt van een eigen aandeel vermeden worden, evenals termen als codependentie of relatieverslaving (Leedom et al., 2019).

Individuele traumatherapie door gespecialiseerde therapeuten, pedagogen of psychologen lijkt de grootste kans te bieden op herstel. Contact met andere slachtoffers kan ook waardevol zijn, mits goed begeleid en in een veilige setting. Door slachtoffers via psycho-educatie inzicht te bieden in de pathologie van daders begrijpen ze beter waar ze in terecht zijn gekomen en hoe dat heeft kunnen gebeuren (Hayes & Jeffries, 2013). Dat maakt dat ze kunnen beginnen met zichzelf te 'ontschuldigen', misschien wel het belangrijkste onderdeel van herstel. Woorden als 'je bent niet gek' en 'het ligt niet aan jou' veroorzaken een enorme opluchting en bieden een ingang tot herstel van autonomie (Koops, 2017).

3. Stap af van gezamenlijke trajecten

In situaties van *coercive control* werkt de systeem aanpak, waarbij zorgverleners uitgaan van gelijke machtsposities bij ouders, niet. Er is dan immers een onwelwillende ouder die doelbewust het traject traineert (Rosenfeld et al., 2019). De volledig scheefgegroeide afhankelijkheidsrelatie moet geen podium krijgen maar doorbroken worden, volgens onderzoekers van het Verwey-Jonker Instituut (Maas, 2020). Meervoudige partijdigheid is in deze zaken geen aanbeveling. Ook mediation of gezamenlijke zorgtrajecten werken bij *coercive control* niet. Tijdens mediation in het kader van het familierecht rapporteren slachtoffers zeer vaak allerlei vormen van huiselijk geweld, met name controlerend en dwingend gedrag (Beck et al., 2009).

Ook het onderwijs kan ruimte bieden aan een individuele aanpak

In plaats van hen gezamenlijke trajecten te laten volgen is het noodzakelijk om het contact tussen dader en slachtoffers zoveel mogelijk te beperken, bijvoorbeeld door ouders apart te spreken in plaats van samen. Als er toch contact moet zijn, bijvoorbeeld bij de overdracht van kinderen, dient dit zoveel mogelijk te gebeuren onder professionele begeleiding. De 'schottenaanpak' of parallel ouderschap zijn voorbeelden van interventies die beter werken dan gezamenlijke trajecten. Deze aanpakken bieden, indien consequent uitgevoerd, meer perspectief voor slachtoffers. Richt de interventie dus op de individuele ouder in plaats van op de communicatie tussen ouders (Pasteels, 2019).

Ook het onderwijs kan ruimte bieden aan een individuele aanpak door traumasensitief om te gaan met de leerling en ouders apart te spreken. Het maatschappelijk werk kan de signalering van psychisch geweld versterken en het slachtoffer in materiële zin ondersteuning bieden. De jeugdzorg en het familierecht kunnen slachtoffers beter faciliteren door bij vechtscheidingen in te zetten op het zoveel mogelijk afstand creëren tussen dader en slachtoffer. Als professionals effectief samenwerken, is de kans groot dat slachtoffers het echtscheidingsproces beter doorkomen en zich kunnen richten op herstel.

4. Kijk in het familierecht goed naar de rechten van het kind

In het verlengde van het voorgaande kan in het familierecht nadrukkelijker gekeken worden naar de rechten van het kind. Bij meer dan 40% van de vechtscheidingen is sprake van een voorgeschiedenis van huiselijk geweld. Dit is kennis die veelal ontbreekt binnen de jeugdzorg en het familierecht (De Ruiter & Van Pol, 2017). Professionals houden veel situaties waarin emotionele en psychische mishandeling plaatsvindt nu nog onbedoeld in stand, omdat ze ten onrechte uitgaan van een gelijkwaardige strijd. Vechtscheidingen kunnen echter primair gevoed worden door één destructieve ouder (Rosenfeld et al., 2019). Uit onderzoek blijkt bovendien dat slachtoffers van huiselijk

geweld in het familierecht vaak niet geloofd of goed beschermd worden (Saunders, 2017).

Het uitgangspunt binnen het familierecht en de jeugdzorg is zoveel mogelijk de omgang van het kind met beide ouders faciliteren. Dit is niet op zijn plaats in situaties van *coercive control*. De misvatting dat een kind beide ouders hoe dan ook evenveel moet blijven zien faciliteert de mishandelende ouder. Slachtoffers van *coercive control* die hun kind(eren) willen beschermen tegen de mishandelende ouder, hebben daardoor slechts zeer beperkte opties binnen het familierecht (Pitman, 2017). Indien de dader telkens procedures aanspant of afspraken niet nakomt, zal een slachtoffer hierop moeten reageren. Dit brengt het risico met zich mee dat ook het slachtoffer als 'vechtscheidende' of 'onwillige' ouder wordt gezien. Bovendien komen de kinderen blijvend in een loyaliteitsconflict. Indien het slachtoffer toegeeft aan de dader, brengt het slachtoffer zichzelf en de kinderen echter ook in gevaar: verdere mishandeling ligt dan op de loer (Saunders, 2017).

Uit onderzoek blijkt dat vele slachtoffers van huiselijk geweld in dergelijke Catch-22 dilemma's zitten (Pitman, 2017). Gekoppeld aan het beeld bij professionals van een onstabiel, getraumatiseerd slachtoffer en een juist normaal ogende dader is het geen uitzondering dat de uitkomst is dat de huiselijkgeweldpleger het gezag of meer ongegeleide toegang krijgt tot de kinderen. Onderzoek wijst uit dat in elk mogelijk scenario slachtoffers tegen obstakels aan lopen waarin de uitkomst gunstig is voor de dader en onveilig voor de ex-partner en de kinderen (Silberg & Dallam, 2019).

5. Zet in op preventiecampagnes en betere communicatie

Maatschappelijk bekeken moet er het nodige gebeuren om emotionele en psychische mishandeling beter te voorkomen en effectiever aan te pakken. Preventiecampagnes onder jongeren bijvoorbeeld, de meest kwetsbare doelgroep, kunnen zich richten op wat de signalen van een destructieve relatie zijn en wat ze kunnen doen. Het effectief herkennen van het patroon van emotionele

en psychische mishandeling in de vorm van manipulatie, controle, dwang en machtsmisbruik moet hierin centraal staan, in plaats van alleen geweldsincidenten. In Wales bijvoorbeeld is de overheid een campagne gestart gericht op jongeren onder de noemer 'This is not love. This is control', die deze boodschap sterk neerzet.

6. Maak emotionele en psychische mishandeling expliciet bij wet verboden

Opmerkelijk genoeg is emotionele en psychische mishandeling niet expliciet strafbaar in Nederland, ondanks een recent, dringend advies hier toe van de Raad van Europa (Engelfriet, 2020). Het expliciet bij wet verbieden van emotionele en psychische mishandeling zou slachtoffers een enorm gevoel van (h)erkenning geven en hen stimuleren om eerder te melden. Bovendien is het een vereiste dat voortkomt uit het Verdrag van de Rechten van het Kind en het Verdrag van Istanbul tegen geweld tegen vrouwen en huiselijk geweld.

Concluderend

Dit alles is uiteraard een zaak van lange adem, maar zeer wel mogelijk. In Engeland zijn de aantallen aangiftes en arrestaties meer dan verdubbeld na de invoering van wetgeving tegen *coercive control* in 2015 en de daarop volgende communicatiecampagne gericht op slachtoffers. Zowel voor de Engelse politie, het OM als de zorgverlening zijn handreikingen en trainingen beschikbaar gesteld. Het maatschappelijk werk kreeg een prominere rol om slachtoffers bij te staan in het familierecht. Ierland, Schotland, Noord-Ierland, Wales, Nieuw-Zeeland, Frankrijk en enkele staten in Australië en de Verenigde Staten hebben met succes soortgelijke wetgeving ingevoerd. Naar aanleiding van de geschetste problemen van slachtoffers bij vechtscheidingen, en op basis van een zeer grondige studie door experts, heeft de Engelse regering recent zelfs een fundamentele hervorming van het familierecht aangekondigd. Het is hoog tijd dat ook in Nederland de overheid en betrokken organisaties dergelijke maatregelen gaan overwegen.

Over de auteurs



Tako Engelfriet
(tako@verdwenenzelf.org) is
voorzitter van Stichting het
Verdwenen Zelf.

Iris Koops

is oprichter van het Verdwenen Zelf en auteur van twee boeken over de impact van emotionele en psychische mishandeling. Bij de totstandkoming van dit artikel zijn orthopedagogen en traumatherapeuten uit het netwerk van het Verdwenen Zelf betrokken geweest.