

Voor wie is dit boek bedoeld

Dit werkboek is bedoeld voor mensen die zedenfeiten gepleegd hebben, en eraan denken een behandeling voor dit probleem te volgen. Dit boek is opgevat als een lessenreeks die voorbereidt op een echte behandeling. Zo kan de lezer zich een beeld vormen, wat hij van zo'n behandeling mag verwachten. Behandeling en therapie zijn woorden die we door elkaar zullen gebruiken. Wat ze juist inhouden, zal verder in het boek uitgebreid aan bod komen.

Misschien lees je dit boek in de gevangenis en kan je binnenkort vrijkomen, indien je bereid bent therapie te volgen (in Vlaanderen moeten plegers daartoe trouwens een "prestatieverbintenis" ondertekenen, een papier dus waarop ze beloven van ernstig aan hun probleem te willen werken). Je kan via dit boek jezelf voorbereiden op die therapie. Waarom de tijd in de gevangenis verloren laten gaan? Misschien ben je al bij een therapeut en heeft die je, om een start te maken met de behandeling, aangeraden dit boek te lezen. Een derde mogelijkheid is dat je op eigen houtje dit boek gekocht hebt en dat je hoopt er hulp in te vinden om eindelijk werk te maken van je probleem. Misschien lees je dit boek gewoon uit interesse, omdat je meer over de problematiek te weten wil komen, of omdat je iemand kent die een dergelijk probleem heeft.

Dit boek is geschreven voor de pleger zelf. Het staat in de jij-vorm en de jij die we aanspreken, is de pleger zelf. Hij is het die aan het werk moet om zich voor te bereiden. Het is dan ook een werkboek! Andere lezers moeten bij de lectuur van dit boek hiermee rekening houden. Het boek is geschreven voor meerderjarige plegers. Plegers die nu op het moment dat ze het boek lezen, minstens 18 jaar oud zijn. Toch kunnen minderjarigen ook heel wat aan het boek hebben, maar dan moet dit heel duidelijk met hun ouders, voogd en begeleider worden afgesproken. Minderjarigen hebben zeker een actievare begeleider bij het boek nodig. Een louter schriftelijke opvolging via het insturen van huistaken is niet aangewezen.

Plegers zijn er van alle soorten en achtergronden. Er zijn plegers die universiteit gedaan hebben en er zijn plegers die niet kunnen lezen en schrijven. Het is niet mogelijk om voor alle plegers het perfect aangepaste boek te schrijven. Kunnen lezen en schrijven is een vereiste. Een tekst van een vijftal bladzijden kunnen verwerken is ook een vereiste. Maar de teksten zijn eenvoudig geschreven en je hoeft echt geen hoogvlieger op school geweest te zijn om dit boek aan te kunnen. Je moet het vooral willen. En wie niet zoveel ervaring heeft met het lezen van teksten, zoekt zich best een begeleider die hem wat actiever kan helpen. Sommige gestudeerde plegers kunnen zich eraan storen dat moeilijke woorden soms twee à drie keer uitgelegd worden. We willen vragen dat ze daar begrip voor leren opbrengen. Het hoort trouwens bij de voorbereiding op therapie dat je rekening leert houden met andere mensen.

Werk niet alleen

Indien je een probleem met zedenfeiten hebt, zal het je niet op je eentje lukken om er vanaf te geraken. Indien het zo makkelijk was (“boekje lezen, beetje werken en hupsakee”), dan was je dit ook wel zonder de hulp van dit boek gelukt. Waarschijnlijk heb je zelf al geprobeerd om je probleem onder controle te krijgen en heb je gemerkt dat het niet lukt. Maar geef de moed niet op ! Het is de moeite waard om behandeling een kans te geven. Behandeling vermag meer dan je alleen kan bereiken. Maar kies voor gespecialiseerde behandeling, ook wel daderhulp genoemd. Dit boek kan je daarbij op weg zetten.

Er is niets verkeerd aan dat je hulp nodig hebt voor je probleem. Een therapeut zal je tijdens de behandeling bijstaan. Maar je hebt ook iemand nodig die je nu bij dit werkboek kan helpen. Indien je in de gevangenis verblijft, is er zeker wel een psycholoog of sociaal assistent die je behulpzaam wil zijn. Indien je in een instelling verblijft, kan je daar hulp vinden of kunnen ze je helpen om een hulpverlener van buitenaf te contacteren. Indien je gewoon thuis woont, kun je een dienst of therapeut in je buurt zoeken die je op weg kan zetten. Vraag desnoods aan je huisarts of aan een telefonische hulpdienst een adres van een hulpinstelling in jouw buurt.

Dit werkboek kan door elke hulpverlener met een beetje voorkennis begeleid worden. Toon het aan de hulpverlener bij wie je hulp zoekt, en vraag zijn of haar advies. Indien dit allemaal niet lukt en je niemand kunt vinden die je wil begeleiden, kun je dit boek ook als een echte schriftelijke cursus gebruiken. Je stuurt dan een brief naar een gespecialiseerd centrum voor daderhulp en vraagt of ze je schriftelijk willen helpen en bijstaan. Je stuurt dan je huistaken naar dat centrum en wacht op reacties vooraleer je aan de volgende les begint. Maar werk er dus in ieder geval niet op je eigen houtje en helemaal alleen aan !

Beginnende therapeuten of hulpverleners die niet gespecialiseerd zijn in daderhulp en onverwacht toch een dader in therapie krijgen, kunnen zelf ook een beroep doen op dit werkboek. Ze kunnen vrij uit de lessen en huistaken putten of ze kunnen het werkboek volledig stap voor stap met hun cliënt doornemen.

Behandeling

Er doen veel geruchten en verhalen de ronde over behandeling van daders. Therapie zou een hersenspoeling zijn ... In therapie worden mensen afgebroken en de confrontaties zijn er onmenselijk ... Therapeuten hebben een hekel aan daders en geloven hen bij voorbaat toch niet ... Therapie is voor gestudeerde mensen die minstens een middelbare-schoolopleiding genoten hebben ... Therapie duurt eeuwig en drie dagen en er wordt alleen over de vroege kindertijd gesproken ... Enzovoort. Dit zijn allemaal geruchten en verhalen die niet waar zijn. We hopen dat je na het doorwerken van dit boek een duidelijker beeld zult hebben wat je van een behandeling kan verwachten.

Eén ding is echter wel waar : therapie vraagt inzet ! Het zal niet vanzelf gaan. Als het simpel en eenvoudig was, dan was je er zeker alleen in geslaagd om je probleem op te lossen. Het begint met eerlijkheid. Behandeling en voorbereiding op behandeling hebben geen zin, indien je niet minstens wilt proberen om eerlijk te zijn

met jezelf. Dat zal niet altijd makkelijk zijn en ook eerlijkheid kost moeite. Maar je kan het leren. Sommige plegers zitten zo vastgeroest in geheimen en halve waarheden dat het zelfs voor henzelf moeilijk is om nog te weten wat nu eerlijk is en wat niet. Dat leer je wel doorheen de cursus en zeker ook in de therapie. Maar je moet het minstens willen proberen.

Eigenlijk kun je best met de ingesteldheid vertrekken dat antwoorden die je op vragen geeft, steeds voorlopig zijn. Het kan altijd dat je later plots aan iets denkt dat je eerst vergeten was of dat je nog niet helemaal onder ogen durfde zien. Daarom is het belangrijk om aanvullingen, vergetelheden of nieuwe inzichten niet voor jezelf te houden maar steeds met je therapeut of begeleider te delen. Ook al moet je daarvoor eerdere uitspraken die je gedaan hebt, herroepen, aanvullen of aanpassen. Dat is altijd beter dan in oneerlijkheid of halve eerlijkheid voort te werken.

En ten slotte : geef niet op ! Er zal wellicht een moment komen dat je deze cursus wil verscheuren of hem het venster uit wil gooien. Doe dat niet ! Iedereen heeft zulke momenten. Ze horen erbij, ze zijn helemaal normaal en ze gaan ook weer over. Spreek er met je begeleider over. Maar gooi de kans niet weg die je aan jezelf met dit boek gegeven hebt, om echt aan je probleem te werken.

praktisch

Dit werkboek is opgebouwd uit twintig lessen die elk een bepaald onderwerp in verband met seksueel misbruik behandelen. Lees zo'n les rustig door. Neem er de tijd voor en vraag aan je begeleider uitleg, indien er iets onduidelijk is. Daar hoeft je helemaal niet beschaamd voor te zijn. Op elke les volgen huistaken waarin je gevraagd zal worden om dat wat je in de les geleerd hebt, op jezelf toe te passen.

Het boek heeft twee delen. Les 1 tot 11 horen bij deel 1. Daarin gaat het vooral over behandeling. Wat is dat ? Hoe wordt er gewerkt in een behandeling ? Wat mag je ervan verwachten ? Les 12 tot 20 maken deel 2 uit. Hierin bespreken we de doelstellingen die in een behandeling aan bod komen. Er zijn de doelstellingen die de samenleving belangrijk vindt. Maar er zijn ook jouw doelen en verwachtingen !

De huistaken zijn heel belangrijk en vormen de ruggengraat van het werkboek. Je bespreekt ze met je begeleider of je stuurt ze in en wacht op antwoord. Misschien maakt je begeleider een aantal opmerkingen of stimuleert hij je om een deel te hermaken. Dat is geen ramp ! Integendeel, dat betekent dat je de kans krijgt om te leren. En daarom gaat het in dit boek, om leren.

Er bestaan geen juiste antwoorden op de vragen en er zijn ook geen punten te verdienen. Het gaat erom de huistaken zo goed mogelijk uit te voeren en open te staan voor opmerkingen, aanvullingen of andere helpende handen. Het gaat erom de antwoorden te vinden die het beste bij jou passen en jou het meest vooruithelpen bij het doel van dit werkboek, namelijk je voor te bereiden op therapie. Bekijk dus gerust de huistaken van lessen die je achter rug hebt, nog eens terug. Breng

verbeteringen en aanvullingen aan, want zo toon je aan jezelf dat je vooruitgang boekt en nieuwe inzichten geleerd hebt.

Hou alle huistaken bij. Steek ze in een map. Je kan ze later in de behandeling nog eens herlezen. Of je kan ze later laten lezen aan je therapeut. Misschien ook aan je (toekomstige) partner. Maar maak de huistaken voor jezelf, niet met het doel voor ogen om ze aan iemand te laten lezen. Jij moet er iets aan hebben. Jij moet vooruitgang boeken in het oplossen van het probleem. Wie in de gevangenis aan de cursus werkt, kan beter eerst met zijn begeleider bespreken hoe hij zijn papieren ergens veilig kan bijhouden. Daar is zeker en vast een oplossing voor te vinden, maar je moet er tijdig aan denken ! Je papieren zomaar laten rondslingeren, kan in de gevangenis voor problemen zorgen ...

Loop niet vooruit in het boek ! Wie aan les twee bezig is en de huistaken nog moet bespreken, begint beter nog niet aan les drie. De ene les moet echt helemaal afgerond zijn, vooraleer je naar de volgende overgaat. Anders neem je misschien verkeerde inzichten van de ene les naar de volgende mee. Neem je tijd voor dit werkboek. Het heeft geen zin overhaast te werk te gaan en op het einde met het gevoel te blijven zitten dat je er niet veel aan hebt gehad.

En ten slotte nog dit : het is totaal onbelangrijk of er taalfouten in je huistaken staan. Schrijffouten of spelfouten, het maakt niet uit. Schrijf wel duidelijk leesbaar ! Het gaat om de inhoud van je antwoorden en niet om de juiste schrijfwijze. Je begeleider zal je daar zeker niet op beoordelen.

Brussel , 14 december '98

Kris Vanhoeck.

Opmerking :

In dit boek is verder steeds sprake van een dader en een pleger, een "hij" dus. Vanzelfsprekend kunnen ook vrouwen pleegster van seksueel misbruik zijn. Ook zij kunnen in dit boek terecht. De grote meerderheid van de daders is echter mannelijk. Om de zinsbouw niet te moeilijk te maken en de leesbaarheid van de teksten te bevorderen, is daarom in het boek steeds voor de mannelijke vorm gekozen.