

Persdossier sensibiliseringscampagne: 'Liefde is (niet)'

LIEFDE IS (NIET)

EVA MOUTON

HOE HEMELS OF HELS IS JOUW RELATIE?
Test het op www.horenzienenpraten.be

WVA
Wetenschappelijk Instituut voor de Arbeid
Vlaamse Arbeidsinspectie

zij-kant
in partnerschap met de Vlaamse Arbeidsinspectie

zinn
in beweging tegen geweld

Vlaanderen
verantwoordelijk

WVA
Wetenschappelijk Instituut voor de Arbeid
Vlaamse Arbeidsinspectie

3 op de 10 relaties vertonen tekenen van onevenwicht

Liefde is (niet) sensibiliseert rond relatiekwaliteit

Psychisch geweld maakt de helft uit van de geregistreerde feiten van partnergeweld. Dit geweld wordt echter niet altijd herkend, vooral niet door jongvolwassenen. Daarom lanceren progressieve vrouwenbeweging zij-kant, vrouwenvereniging VIVA-SVV en de Beweging tegen Geweld - vzw Zijn de campagne 'Liefde is (niet)'. Met een relatietest en een hemelse/helse stand toeren ze in oktober en november door Vlaanderen en Brussel om jongvolwassenen te doen nadenken over relatiekwaliteit.

Volgens de politiestatistieken van 2014 gaat bijna de helft (46%) van de geregistreerde feiten van partnergeweld over psychisch geweld. Ook schelden, vernederen, manipuleren en controleren zijn immers vormen van geweld. Uit nieuw opgevraagde statistieken blijkt nu dat 4 op de 10 verdachten van deze feiten tussen 18 en 35 jaar zijn. Deze cijfers zijn slechts het topje van de ijsberg, aangezien eerder onderzoek aantoont dat de aangiftebereidheid bij de politie slechts 3,3% bedraagt.

Eerste resultaten relatietest

Voor 'Liefde is (niet)' lanceerden zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn daarom een digitale relatietest over psychisch geweld. Op enkele dagen tijd vulden bijna 2.000 respondenten de test reeds in. Daaruit blijkt dat 3 op de 10 te maken krijgen met signalen die wijzen op een onevenwichtige relatie en bij 1 op de 10 neigt de relatie duidelijk naar emotioneel geweld. Zo zegt:

- 32% dat zijn/haar partner zijn/haar sms'jes, e-mails en Facebookberichten soms leest en er nieuwsgierige vragen over stelt;
- 44% dat haar/zijn partner bij een meningsverschil overtuigd is van haar/zijn eigen gelijk;
- 15% dat hij/zij zich niet altijd op zijn/haar gemak voelt bij zijn/haar partner;
- 8% dat zij/hij onzeker is of weinig zelfvertrouwen heeft als zij/hij in het gezelschap is van haar/zijn partner;
- 17% dat zijn/haar partner slechtgezind wordt als hij/zij geen zin heeft om te vrijen;
- 10% dat als zij/hij geen zin heeft om te vrijen, haar/zijn partner zodanig aandringt dat zij/hij uiteindelijk toch toegeeft.

Relatiekwaliteit

zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn willen ingrijpen voor het te laat is. De pro-liefdescampagne 'Liefde is (niet)' ondersteunt jongvolwassenen in het uitbouwen van gezonde relaties. De organisaties sensibiliseren rond de gevaren van subtiel geweld en het belang van relatiekwaliteit.

Trouwbeurs

Op vrijdagavond 9 oktober wordt de aftrap gegeven op de trouwbeurs in de Brugse Beurshalle. Aanstaaende koppels kunnen op levensgrote engel- en duivelpanelen, geïllustreerd door Eva Mouton, aanduiden wat liefde voor hen (niet) is. Ondertussen krijgen ze tips en tricks voor een goede relatie en een relatietest om thuis in te vullen.

Drijf je voortdurend je eigen zin door? Wordt je partner voor het minste kwaad? Het zijn dingen om over na te denken voordat je in het huwelijksbootje stapt. Naast de stand kunnen voorbijgangers zich ook laten vereeuwigen met liefdesstellingen in een photo booth. Na de trouwbeurs volgen twee maanden lang acties op openbare plaatsen, campussen en shoppingcentra in Vlaanderen en Brussel.

Aandacht voor relationele en seksuele vorming (RSV)

Werken aan relatiekwaliteit vormt de beste preventie tegen partnergeweld. Empathisch luisteren, conflicten oplossen en voor jezelf opkomen: je kan het leren, en dat begint best al op school. zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn vragen meer aandacht voor relationele en seksuele vorming via de vakoverschrijdende eindtermen én binnen de lerarenopleidingen en nascholingen.

Actieplaatsen

- Vrijdag 9 oktober 2015, 19.00 uur – 22.00 uur: Trouwbeurs Beurshalle, Hauwerstraat 2, Brugge
- Zaterdag 10 en zondag 11 oktober 2015, 13.30 uur – 18.30 uur: Trouwbeurs Beurshalle, Hauwerstraat 2, Brugge
- Woensdag 14 oktober 2015, 7.00 uur – 11.00 uur: Europakruispunt (voor Brussel-Centraal)
- Donderdag 15 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: VUB (cafeteria), Pleinlaan 2, 1050 Elsene
- Dinsdag 20 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: UHasselt, campus Diepenbeek (agora), Agoralaan Gebouw D, 3590 Diepenbeek
- Vrijdag 23 oktober 2015, 15.30 uur – 18.00 uur: Shoppingcenter Gent Zuid, Woodrow Wilsonplein 4, 9000 Gent
- Maandag 26 oktober 2015, 15.30 uur – 21.00 uur: Syntra, Geldenaaksebaan 327, 3001 Leuven
- Maandag 26 oktober 2015, 11.30 uur - 14.00 uur: Alma 2, KU Leuven, Van Evenstraat 2C, 3000 Leuven
- Dinsdag 27 oktober 2015, 10.00 uur - 18.00 uur: Stadsfeestzaal, Meir 78, 2000 Antwerpen
- Donderdag 29 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: Howest (refter), Rijselstraat 5, 8200 Brugge
- Dinsdag 3 november 2015, 11.30 uur – 16.30 uur: Ring Shopping Kortrijk Noord, Ringlaan 34, 8500 Kortrijk (eerste verdieping tussen JBC en Pronti)
- Zaterdag 7 november 2015, 10.00 uur – 12.30 uur: Pieter Van Aelst Shopping Center, De Ridderstraat 4, 9300 Aalst

Achtergrond

Vorig jaar (2014) registreerden de politiediensten 39.668 feiten van partnergeweld. De helft van de feiten gaat over fysiek geweld, zo goed als de andere helft (46,2%) over psychisch geweld. Economisch geweld wordt slecht in 3,5% van de feiten rond partnergeweld geregistreerd, seksueel geweld in 0,3%. Deze cijfers zijn slechts het topje van de ijsberg, aangezien de aangiftebereidheid bij de politie slechts 3,3% bedraagt, zo onderzocht reeds het Instituut voor de Gelijkheid van Vrouwen en Mannen.

Daarom lanceerden zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn op 1 oktober 2015 een relatietest over psychisch geweld. Op 5 oktober namen reeds 2.286 mensen deel, 1.978 maakten de test ook af. Uit de eerste resultaten blijkt dat, van de respondenten die de hele test doorliepen, 67,9% een stabiele relatie heeft. 1,4% heeft een relatie die duidelijk neigt naar emotioneel geweld. Bij de overige 30,7% van de respondenten zijn er signalen die wijzen op een onevenwichtige relatie.

- De stelling: “Mijn sms'jes, e-mails en Facebookberichten leest mijn partner soms en stelt er nieuwsgierige vragen over” werd door 31,9% van de respondenten van deze vraag aangeklikt.
- 43,7% was akkoord met de stelling: “Als we van mening verschillen is mijn partner overtuigd van haar/zijn gelijk”.
- 15,4% voelt zich niet altijd op zijn/haar gemak en 7,8% heeft weinig zelfvertrouwen of voelt zich onzeker in het gezelschap van zijn/haar partner.
- Bij 17,2% wordt de partner slechtgezind wanneer de respondent geen zin heeft om te vrijen, bij 9,9% dring de partner net zo lang aan tot de respondent toegeeft.

Jongvolwassenen

zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn hebben bij de politie ook bijkomende statistieken over partnergeweld per leeftijdsgroep opgevraagd. Deze nieuwe cijfers tonen aan dat het merendeel van de geregistreerde feiten in 2014 over jongvolwassenen gaat. De verdachten bij fysiek partnergeweld zijn in 50,9% van de gevallen tussen 18 en 35 jaar, in 48,4% van de gevallen zijn ze ouder. Meldingen van minderjarige daders zijn er amper (0,7%). Ook in het geval van seksueel geweld is de groep verdachten tussen 18 en 35 jaar ruimer vertegenwoordigd dan oudere volwassenen en jongeren (47,4% ten opzichte van 43,7% 35-plussers en 8,9% min-achttienjarigen), net als bij economisch geweld (51,2% ten opzichte van 48,2% 35-plussers en 0,5% minderjarigen). Bij psychisch geweld is de verdachte in 40,4% van de gevallen tussen 18 en 35 jaar, in 58,8% van de gevallen ouder dan 35.

Risicogroep

Jongvolwassenen blijken dus een risicogroep voor partnergeweld. De studie ‘Ervaringen van vrouwen en mannen met psychologisch, fysiek en seksueel geweld’ van het Instituut voor de Gelijkheid van Vrouwen en Mannen (IGVM, 2010) poogde ook het ‘dark number’ - of de niet-geregistreerde cijfers -

van geweldplegingen in kaart te brengen. In totaal werden 2.000 personen tussen 18 en 75 jaar bevraagd. 12,5% van de respondenten verklaarden dat zij gedurende de laatste 12 maanden minstens één keer het slachtoffer werden van een gewelddadige handeling door hun (ex-) partner (14,9% van de vrouwen en 10,5% van de mannen). In de jongste onderzochte leeftijdscategorie (18 tot 24 jaar), liep dit aandeel op tot 22,1% voor vrouwen en 11,1% voor mannen.

Psychologisch geweld

Volgens de studie van het IGVM gaat partnergeweld overwegend over psychologische druk: verbaal geweld is veruit de meest voorkomende vorm (41,5%), gevolgd door intimidatie (22%) en vervolgens pas slagen (15%). Seksueel geweld treft 5,6% van de vrouwen (tegen 0,8% mannen), en 5,9% van de vrouwen werd opgesloten of uit het huis gezet (tegen 2,7% voor de mannen).

Jongvolwassenen lijken psychisch en verbaal geweld echter niet altijd als partnergeweld te beschouwen. Dat blijkt uit een onderzoek uitgevoerd door de Franse Gemeenschap in 2007. De studie toont aan dat partnergeweld bij jongeren (12-21 jaar) vaak voorkomt: 90% van de jongeren is slachtoffer en 72% is dader. Toch wordt dit geweld door de jongeren zelf niet zo makkelijk herkend. In hun ogen staat partnergeweld gelijk aan een afgeranselde vrouw.

We vragen ons af of deze perceptie van partnergeweld een rol speelt in de lagere registratiecijfers van psychisch geweld bij jongvolwassenen. De praktijk toont in elk geval ook aan dat jongere leeftijdsgroepen regelmatig met psychisch geweld te maken krijgen. In juni luidde Ecoute-Enfants nog de alarmbel. De Franstalige telefonische hulpdienst krijgt steeds meer oproepen van jonge meisjes, tussen 16 en 18 jaar, die slachtoffer zijn van seksueel, fysiek maar ook psychologisch geweld door hun partner. Een frequent fenomeen blijkt het controleren van de gsm.

Ook de Nederlandstalige kinder- en jongerenhulplijn Awel kreeg tot hiertoe bijna 30% meer oproepen over geweld in partnerrelaties dan in 2014. Hierbij ging het meestal over fysiek geweld en de angst hieromtrent. De jongeren spraken over partners die zich niet kunnen beheersen en geen 'neen' kunnen aanvaarden, of die last hebben van frustraties en woede-uitbarstingen. De oproepen over emotioneel geweld hadden te maken met partners die dingen zeggen om te kwetsen of bang te maken, met dreigende uitspraken of met het verbod om met vrienden om te gaan.

Gevolgen partnergeweld

Partnergeweld in jonge relaties is vaak subtiel, maar daarom niet minder ingrijpend. Een slachtoffer kan last krijgen van angst- en schuldgevoelens, verslavingsproblemen of eetstoornissen ontwikkelen, haar/zijn zelfvertrouwen kwijtraken en op langere termijn te maken krijgen met depressieve gevoelens en zelfmoordgedachten.

Het risico bestaat bovendien dat het geweld steeds zwaardere vormen aanneemt, met steeds ernstigere bedreigingen. **Volgens de federale politie kwamen vorig jaar 76 mensen om het leven door partnergeweld. In 2013 vielen er 162 slachtoffers.**

De campagne: 'Liefde is (niet)'

Focus op relatiekwaliteit

'Liefde is (niet)' is de elfde campagne van zij-kant en VIVA-SVV tegen partnergeweld. Dit jaar kunnen de vrouwenorganisaties rekenen op de expertise van de Beweging tegen Geweld - vzw Zijn. Om de heersende, clichématige beeldvorming over partnergeweld te bestrijden en jongvolwassenen (18-35 jaar) duidelijk te maken dat partnergeweld niet enkel over blauwe plekken gaat, stappen de organisaties daarbij af van de klassieke framing.

Ze kiezen met het thema 'relatiekwaliteit' voor een positieve invalshoek. Door mensen stellingen in te laten nemen over wat liefde wel of niet is, zetten ze hen aan het denken over relaties. Subtiële vormen van machtsuitoefening of ongelijkheidsmechanismen krijgen hierbij vooral aandacht. Ook informatie met betrekking tot hulpverlening is voorhanden.

Campagnemateriaal

Voor deze publiekscampagne kozen de organisaties voor een stand, een (digitale) relatietest en promotiemateriaal.

Alle materialen zijn geïllustreerd met de engel- en duivelfiguurtjes die Eva Mouton speciaal voor deze campagne maakte. Haar speelse tekeningen breken met het stereotiepe negatieve beeld van partnergeweld en maken het thema laagdrempelig.

- De organisaties trekken in oktober en november door Vlaanderen en Brussel met een interactieve stand. Voorbijgangers kunnen hun bedenkingen over liefde en relaties met post-its op een levensgroot engel- of duivelpaneel klevan.

- De stand wordt verder uitgerust met een photo booth, waarin mensen hun meningen over liefde kunnen laten vereeuwigen. Deelnemers krijgen hun foto meteen mee naar huis, maar kunnen deze ook online delen via de campagne-Facebookpagina 'Stop partnergeweld' en de Twitter-hashtag #stoppartnergeweld.

- Tot slot krijgen voorbijgangers ook een informatieve flyer mee met do's en don'ts voor een kwaliteitsvolle liefdesrelatie. Centraal in de flyer staat een relatietest, die speciaal werd ontwikkeld voor de campagne. Aan de hand van twintig vragen komt iemand te weten hoe hemels of hels haar/zijn relatie is en hoe zij/hij de relatie kan verbeteren. Ook de hulpverleningsopties worden toegelicht.

- Meer info over de campagne en een digitale relatietest zijn terug te vinden op horenzienenpraten.be. De site biedt eveneens algemene informatie over partnergeweld en een overzicht van de hulpverlenende instanties.

Actieplaatsen

zij-kant, VIVA-SVV en de Beweging tegen Geweld – vzw Zijn voeren actie op openbare plaatsen, campussen, shoppingcentra en trouwbeurzen om zo veel mogelijk jongvolwassenen te kunnen bereiken.

- Vrijdag 9 oktober 2015, 19.00 uur – 22.00 uur: Trouwbeurs Beurshalle, Hauwerstraat 2, Brugge
- Zaterdag 10 en zondag 11 oktober 2015, 13.30 uur – 18.30 uur: Trouwbeurs Beurshalle, Hauwerstraat 2, Brugge
- Woensdag 14 oktober 2015, 7.00 uur – 11.00 uur: Europakruispunt (voor Brussel-Centraal)
- Donderdag 15 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: VUB (cafeteria), Pleinlaan 2, 1050 Elsene
- Dinsdag 20 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: UHasselt, campus Diepenbeek (agora), Agoralaan Gebouw D, 3590 Diepenbeek
- Vrijdag 23 oktober 2015, 15.30 uur – 18.00 uur: Shoppingcenter Gent Zuid, Woodrow Wilsonplein 4, 9000 Gent
- Maandag 26 oktober 2015, 15.30 uur – 21.00 uur: Syntra, Geldenaaksebaan 327, 3001 Leuven
- Maandag 26 oktober 2015, 11.30 uur - 14.00 uur: Alma 2, KU Leuven, Van Evenstraat 2C, 3000 Leuven
- Dinsdag 27 oktober 2015, 10.00 uur - 18.00 uur: Stadsfeestzaal, Meir 78, 2000 Antwerpen
- Donderdag 29 oktober 2015, 11.30 uur – 13.30 uur: Howest (refter), Rijselstraat 5, 8200 Brugge
- Dinsdag 3 november 2015, 11.30 uur – 16.30 uur: Ring Shopping Kortrijk Noord, Ringlaan 34, 8500 Kortrijk (eerste verdieping tussen JBC en Pronti)
- Zaterdag 7 november 2015, 10.00 uur – 12.30 uur: Pieter Van Aelst Shopping Center, De Ridderstraat 4, 9300 Aalst

Beleidsaanbevelingen

Empathisch vermogen, assertiviteit, conflicthantering, communicatieskills en intimiteit... Het zijn stuk voor stuk essentiële vaardigheden om kwaliteitsvolle partnerrelaties aan te gaan. Niet iedereen krijgt thuis echter lessen 'relatiekwaliteit' mee. De school neemt voor een stuk deze taak op zich met het aanbieden van relationele en seksuele vorming (RSV). RSV behoort tot de vakoverschrijdende eindtermen en ontwikkelingsdoelen van het Vlaams onderwijs en zorgt ervoor dat kinderen en jongeren ook verplicht les krijgen over relaties en seksualiteit.

Toch vormt relationele en seksuele vorming nog steeds geen vak of leergebied op zich. Hoe scholen dit dus concreet vormgeven, hangt af van het opvoedingsproject. De kwaliteit en de aanpak verschillen sterk van school tot school en van leerkracht tot leerkracht. Aangezien deze vaardigheden minstens even belangrijk zijn als algoritmes en de Franse aanvoegende wijs, vragen zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn meer aandacht voor relationele en seksuele vorming via de vakoverschrijdende eindtermen én binnen de lerarenopleiding en nascholingen.

De organisatoren pleiten eveneens voor het oprichten van een Family Justice Center (FJC) in elke provincie. In een FJC zitten alle ketenpartners bij de aanpak van intrafamiliaal geweld - politie en justitie, hulpverlening en lokale overheidsdiensten - samen in één gebouw. De samenwerking tussen organisaties binnen één gezin wordt verzorgd door één medewerker (casusregisseur). Hierdoor wordt de toegang tot organisaties en diensten eenvoudiger en laagdrempeliger, en moeten betrokkenen hun verhaal niet oeverloos herhalen aan andere medewerkers of diensten. Deze multidisciplinaire samenwerking heeft bovendien tot voordeel dat de nodige informatie voor het installeren van veiligheid en het bieden van een geschikte aanpak gedeeld wordt. In Antwerpen is het ketengerichte pilootproject Co3 reeds uitgegroeid tot een Family Justice Center.

Verder benadrukken zij-kant, VIVA-SVV en de Beweging tegen Geweld – vzw Zijn ook al jaren het belang van bewustmakingscampagnes en middelen om ook getuigen van partnergeweld aan te zetten om iets te doen. Partnergeweld is géén privéaangelegenheid, maar een maatschappelijk probleem, vinden de organisatoren. Meer info vind je [hier](#).

Getuigenissen

Dit zijn de getuigenissen van M. en E., twee jonge slachtoffers van partnergeweld. Contact opnemen met deze slachtoffers kan via zij-kant, VIVA-SVV en vzw Zijn.

M.: “Alle clichés zijn waar”

“Als iemand mij ooit met één vinger aanraakt, ben ik meteen weg!”, is één van de uitspraken die ik altijd als hardste riep. Toch ben ik twee jaar lang ben ik fysiek en psychologisch mishandeld door mijn vriend.

Ik was 22 jaar, studeerde bouwkunde, had een bruisend studentenleven en kom van een hele goede familie. Mij is altijd geleerd dat je als vrouw best sterk in je schoenen staat. Als ingenieursstudent kon ik dat ook heel goed: mijn mannetje staan tussen al dat testosteron. Ik beantwoord dus niet aan het typische beeld van iemand die mishandeld is geweest, maar het zijn meestal de sterksten die het misbruik het best kunnen verbergen.

Achteraf bekeken begon alles heel rustig. Mijn vriend was mijn jeugdliefde, sterke persoonlijkheid, temperament, niet heel sterk in communicatie maar lief. We kende elkaar al lang en ik was ervan overtuigd dat hij mijn prins op het witte paard was. Toch nam hij het mij vaak kwalijk dat ik met vriendinnen wegging en niet met hem. Maar zelf had hij nooit tijd, altijd werken. Het lukte hem om mij een schuldgevoel te geven, waardoor ik mijzelf stilaan ging wegcijferen. Ik kreeg de drang om aan hem te bewijzen dat zijn gedachten fout waren en dat ik helemaal van hem was. Op een bepaald moment zag ik mijn vriendinnen niet meer, was ik bang om thuis te komen en wist ik niet hoe ik bij hem weg moest gaan.

De eerste keer dat hij mij aanraakte kan ik mij niet meer herinneren, dat is het gekke van het menselijke brein: als je vaak genoeg tegen jezelf zegt dat het niet is gebeurd, verdwijnt het uit je geheugen. Wel weet ik nog dat hij achteraf vroeg of ik hem zou verlaten. Dat deed ik dus niet, alle clichés zijn waar. Hij bedoelde het immers niet zo, sorry, hij kon niet anders want ik wou niet

luisteren... Dan wordt het stap voor stap steeds erger totdat je op een gegeven moment op de keukenvloer ligt en hij op je zit met zijn handen om je hals. Het enige wat je dan denkt is: "Gaat hij wel op tijd loslaten?"

Het gekke is dat ik toen niet doorhad wat er gebeurde. Ik besepte niet dat ik mishandeld werd. Niet fysiek, ook al bewezen de blauwe plekken anders, niet psychisch. Dit besef kwam pas achteraf toen ik over alles durfde te praten. Toen ik durfde toe te geven dat we eigenlijk niet het perfecte koppel waren.

Mijn tip: praat over je relatie, met hem maar ook met anderen. Durf je dat niet? Stel jezelf dan de vraag: waarom niet? Wat wil je verbergen? Elk huisje heeft zijn kruisje, maar praten helpt!

E.: "De littekens van de ziel zijn voor altijd"

Ik was 20 toen ik hem leerde kennen. Hij was rustig, introvert, lichtjes onzeker en intelligent. We begonnen een relatie maar gaandeweg maakte ik kennis met zijn jaloerse en opvliegende kantjes. Mijn partner kampte met veel interne strubbelingen, woede en frustraties tegenover de buitenwereld en dat uitte zich in ontelbare huiselijke discussies en ruzies.

Op een dag bleef hij thuis met een zware depressie. Mijn partner ontwikkelde een zwaar alcohol- en drugprobleem, pleegde structureel overspel en werd steeds meer paranoïde. Ik ging werken, hield me sterk en vrolijk voor mijn omgeving maar als ik thuiskwam, barstte de hel los. Eerst was er sprake van zelfmutilatie maar al snel werd mijn partner ook agressief tegenover anderen.

Hij sloeg regelmatig glazen ramen en deuren in, zocht ruzie met burens en deelde uiteindelijk ook rake klappen uit. Vreemd genoeg was ik nooit bang van dit fysieke geweld. Het was alsof ik acteerde in een film en niet langer actief deel uitmaakte van mijn eigen leven. Het is vooral het psychische geweld dat me getekend heeft: de constante vernederingen, beledigingen, beschuldigingen, manipulaties en haatpreken. Enkele keren stond ik klaar om hem te verlaten maar dan dreigde hij met een mes op zijn arm dat hij verloren was zonder mij. Maar naarmate zijn druggebruik toenam, werden ook de geweldplegingen erger en frequenter. Zo belandde ik o.a. in het ziekenhuis met gebroken ribben. De arts vroeg me of ik klacht wilde indienen maar dat weigerde ik omdat ik het gevoel had dat ik alle geweld zelf uitlokte. Hetzelfde deed zich voor toen de politie voor de deur stond om een vermoeden van huiselijk geweld na te gaan.

Op een dag ging ik zwemmen met vriendinnen. In het zwembad zag ik plots hoe alle ogen op mij gericht waren. Ik keek naar mezelf en zag dat ik onder de blauwe plekken en kneuzingen stond. Voor het eerst werd ik me bewust van wat er gaande was. Die avond vertelde ik mijn partner dat ik definitief bij hem wegging. Hij slikte een volledig potje slaappillen door. In paniek belde ik de hulpdiensten terwijl ik nog probeerde om hem te laten braken. Mijn partner verbleef een week op de intensievecareafdeling. Omdat je als partner niet gewettigd ben, smeekte ik zijn familie om hem te laten opnemen in een psychiatrische instelling. Na acht jaren van goede verstandhouding, verklaarden ze mij voor gek en dat was dan ook het laatste dat ik ooit van hen hoorde.

Achteraf beschouwd geloof ik dat ik mijn engagement, loyaliteit en zorgen tegenover mijn ex-partner nooit zelf had kunnen loslaten. Zijn zelfmoordpoging heeft in die zin mijn (ons) leven 'gered'. Er werd abrupt een einde gemaakt aan onze destructieve relatie.

Nu, drie jaar later, kost het me nog steeds moeite om uit te maken wat mijn leven is en zelfs om te weten wie ik ben. Bijna een decennium lang heb ik me gefocust op (het leven van) iemand anders en cijferde ik mezelf helemaal weg. Niemand in mijn directe omgeving wist welke gruwelijkheden ik onderging. Een jaar geleden ben ik ingestort en ik ben nog steeds herstellende van een burn-out en depressie. Ik heb enorme bindingsangst, kamp nog altijd met een eetstoornis en naast een enorm groot schuldgevoel heb ik nog altijd problemen met zelfzekerheid en vertrouwen in anderen. Hierdoor ben ik ook nog niet in staat me opnieuw open te stellen voor liefde of relaties. Want fysieke pijn is snel vergeten maar de littekens van de ziel zijn voor altijd.

Contact

- Vera Claes, nationaal secretaris **zij-kant**: 02 552 02 64 of 0477 65 54 63 / vera.claes@zij-kant.be
- Sofie De Neve, stafmedewerker **VIVA-SVV**: 02 515 04 10 of 0496 73 41 96 / sofie.deneve@viva-svv.be
- Koen Dedoncker, stafmedewerker **Beweging tegen Geweld – vzw Zijn**: 02 229 38 70 of 0468 15 26 71 / koen@vzwzijn.be
- www.horenzienenpraten.be
- www.zij-kant.be / www.viva-svv.be / www.vzwzijn.be

