

INTERVIEW
MET PAUL
VAN DAM

‘Er is altijd dat gevoel, dat ik nooit tot mijn bestemming ben gekomen’

✍ Mieke Kerkhof-Scheenaard 📷 iStock

‘Ben je bereid mijn naaste te zijn?’

Hij was nog maar vijf jaar oud toen hij seksueel werd misbruikt. Het heeft zijn leven getekend. Fysiek, mentaal en maatschappelijk. Paul van Dam was 56 jaar toen hij niet langer kon verdringen wat hem als jong kind was overkomen. Eindelijk vielen de puzzelstukjes in elkaar, puzzelstukjes van een verwoest leven. >

1 op 3 kinderen maakt ooit een vorm mee van strafbaar seksueel geweld. Ongeveer 62.000 kinderen worden jaarlijks voor het eerst slachtoffer van seksueel misbruik.

Zij worden zelden geloofd, waardoor de daders, meestal in gezagsposities, ermee weg komen. De maatschappelijke gevolgen zijn enorm. Veel slachtoffers zijn op volwassen leeftijd niet in staat maatschappelijk te functioneren vanwege de vele fysieke en mentale klachten.

November 2017, Corinne Dettmeijer-Vermeulen, Nationaal Rapporteur Mensenhandel en Seksueel Geweld tegen Kinderen

Paul (62) zet tijdens ons gesprek een tegeltje op tafel, met een spreuk die hij er zelf heeft opgeschreven: *Wil je in mij blijven geloven?* Een schreeuw om erkenning, legt hij uit, die zijn basisprobleem samenvat. En die van alle slachtoffers van seksueel misbruik. 'Het kind dat ik was, werd niet gezien. In mij is nog steeds een bang kind aanwezig.' Paul merkt dat maar weinig mensen overweg kunnen met slachtoffers van seksueel misbruik. 'Men gaat het lijden uit de weg, vindt dat te confronterend. Het is niet leuk. Dat zie je ook bij #MeToo. Dat maakt dat wij *verstillen*, we voelen ons eenzaam. Ook in de kerk...'

Zie je ons?

Paul vertelt zijn verhaal, in de hoop dat er begrip komt voor de schade bij de slachtoffers. En dat zij de bescherming en aandacht krijgen die zij verdienen. Want hij ervaart dat er nog te vaak makkelijk overheen wordt gestapt. En als het om jongens gaat, zelfs een beetje wordt weggelachen. Stoere macho reactie van andere mannen. Maar hun leven ligt in puin. Allemaal als gevolg van de 'verloren seconde'. Zo noemt psychotherapeut Peter John Schouten het eerste moment waarop een kind seksueel wordt misbruikt. En in het geval van Paul de keren daarna, het misbruik beperkte zich niet tot één keer. Twee tieners misbruikten hem voor experimentele seksuele spelletjes. Wat zij overigens ontkennen, en daarmee vrijuit gaan. Paul is niet de enige die tegen dit dilemma aanloopt. 'Begin dan ook niet te snel over vergeven bij een slachtoffer', waarschuwt hij. 'Zolang de dader niet

bekent, heeft hij macht over zijn slachtoffer. En is het vrijwel ondoenlijk je van hem of haar los te maken. Ik moet daarvoor putten uit mijn eigen kracht, en het geloof dat mijn vrouw en mijn therapeut Schouten in mij hebben. Dat is zwaar werk.'

Verloren seconde...

'Ik ben niet tot mijn bestemming gekomen', vat Paul zijn leven samen na die ene verloren seconde. 'Het is nog steeds een dagelijkse worsteling. Al gaat het mentaal nu wel beter met me. Maar ik heb chronische pijn door een chronisch bekkenbodempijnsyndroom (CPPS). Ik leef op pijnstillers. Nu weet ik dat ook ons lichaam herinneringen opslaat. De continue stress die dat in het geval van seksueel misbruik veroorzaakt, uit zich in chronische pijn. 'Heel je lichaam schreeuwt het uit', zei de bekkenbodempysiotherapeute daarover laatst tegen mij.'

'Heel je lichaam schreeuwt het uit'

Paul vertelt dat hij vanaf zijn 7^e jaar heeft gespeeld met zelfmoordgedachten. 'En 'kleine Paultje had altijd wat'. Het begon met darmklachten, maar geen enkel onderzoek kon de oorzaak duiden. Gezien mijn geschiedenis waren die darmonderzoeken een nieuw trauma op zich. Niemand begreep waarom ik tijdens zo'n onderzoek soms in paniek raakte, of in de overlevingsstand ging door te dissociëren'. Met name mijn bekkenbodembodengebied was *besmet*.

Nu zwaait Paul 's morgens zijn vrouw en dochter uit, als zij op weg gaan naar hun werk en school. 'Ik blijf thuis achter. Mentaal en fysiek kan ik geen fulltimebaan meer aan. In de zesde klas van de lagere school stagneerde mijn ontwikkeling. Dat was een sluipend proces, waardoor het niemand opviel. Ik zou aanvankelijk naar de havo gaan, maar het werd mavo. Daar haalde ik alleen nog voldoende voor tekenen, geloof ik.' Daarnaast groeide zijn persoonlijkheid scheef. 'Mijn wil was gebroken. Ik werd een pleaser, waar eigenlijk nog regelmatig iedereen overheen kan lopen.'

Verdringen

Hoe kan het dat Paul 56 jaar moest worden, voordat hij zich die traumatische gebeurtenissen kon herinneren? Hij werkte nota bene zelf drie jaar lang als vrijwilliger bij de christelijke telefonische hulpdienst van Zegenend Helpen, opgericht door Teo van der Wee. Zeker 400 incest-verhalen heeft hij aangehoord. Nooit legde hij de link naar dat ene plaatje en dat éne filmpje die zich hardnekkig in zijn hoofd hadden geplant. Maar die hij nooit had kunnen duiden. 'Het was te groot, wat mij als kleuter overkwam. Mijn kind zijn werd me ontnomen en er werd volwassen seksualiteit bij me naar binnen gebracht. Daar ontstond de kortsluiting. Ik had als kind geen taal om te verwoorden wat er gebeurde, seksualiteit hoorde nog niet bij mijn wereld. Het is puur een overlevingsmechanisme om zo'n gebeurtenis te verdringen. En bij alles wat me er later aan

herinnerde dissocieerde ik. Dat doe ik nog weleens. Anders is de werkelijkheid niet te dragen.' Pas op de behandeltafel bij een bekkenbodempysiotherapeute, na een operatie in - opnieuw - het anale gebied, kwam de werkelijkheid als een golf over Paul heen: Ik ben seksueel misbruikt! De beelden in zijn hoofd kon hij eindelijk duiden. Een enorme emotie, maar hij besloot direct om hulp te zoeken.

'Als je het verleden niet eerlijk in het licht brengt, blijft het een donkere schaduw die met je meegaat'

Zwaar werk

Het viel Paul nog niet mee om een therapeut te vinden die ervaring had >

* **Dissociatie** is een term uit de psychologie/psychiatrie. Het betekent dat iemand bepaalde gedachten, emoties, waarnemingen of herinneringen buiten het bewustzijn plaatst, of dat deze tijdelijk niet 'oproepbaar' zijn of minder samenhang vertonen. Letterlijk betekent **dissociatie** 'ontkoppeling' of 'uiteenvallen'.



HULP VOOR SLACHTOFFERS VAN SEKSUEEL MISBRUIK

🌐 www.seksueelmisbruik.info. De informatie op deze website is ook een aanrader voor partners, familieleden, omstanders en hulpverleners. Schouten schreef ook het boek *Traumaseksualiteit*. Informatie over het boek staat op de website.

Advies van Paul, op basis van ervaring: Zoek in de eerste plaats goede, professionele hulp. Ter ondersteuning is pastorale zorg raadzaam.



‘Je redt een kind
als je niet wegstijgt’

met seksueel misbruik bij mannen. Totdat hij de website *seksueelmisbruik.info* vond van psychotherapeut Peter John Schouten. Als ervaringsdeskundige richt Schouten zich specifiek op hulp aan mannelijke slachtoffers van seksueel misbruik. De gevolgen daarvan kwalificeert hij als een *psychische dwarslaesie*. ‘Ik heb de website met open mond gelezen’, vertelt Paul. ‘Zoveel herkenning, die man begrijpt mij, dacht ik.’ Paul ging in therapie bij Schouten, en vond eindelijk een plek waar hij serieus genomen werd en zijn trauma kon gaan verwerken. Zwaar en confronterend werk, ‘maar het heeft mij gered’, zegt Paul. ‘Als je het verleden niet eerlijk in het licht houdt, blijft het als een donkere schaduw bij je.’ Paul begrijpt nu waarom hij vroeger gereserveerd was om zijn dochter te knuffelen. ‘Ik denk dat ik haar daarmee tekort heb gedaan. Maar ik was altijd op mijn hoede. Stel dat ik een grens zou overschrijden. Het is moeilijk uit te leggen, maar de dader nestelt zich in je hoofd en houdt daarmee macht over je. Hij is er altijd bij, wat je ook doet. Ook mijn eigen seksuele leven met mijn vrouw voelde daardoor als besmet.’

Betekenis

Paul had zijn levensloop graag anders gezien. Vorig jaar nog, dachten artsen dat hij een dodelijke vorm van prostaatkanker had. Heel zijn leven stond op zijn kop. Het bleek een foute diagnose. Een arts in Nijmegen zei na een laatste onderzoek opeens tegen hem: ‘God heeft nog een plan met je leven.’ Later zei hij, dat hij dit moest zeggen van God. Hij had zoiets nooit eerder gedaan. ‘Is er dan toch nog meer voor mij?’, vraagt Paul zich hoopvol af. ‘Met mijn ervaring kan ik misschien iets betekenen voor anderen. Daarom komt hij nu naar buiten met zijn

‘God heeft nog een
plan met je leven’

verhaal in ziekenhuizen en op scholen. Zodat verplegend personeel en leraren signalen van seksueel misbruik leren herkennen. Hij zou willen dat het thema ook aandacht krijgt in kerken. Eén op de drie jongeren heeft ermee te maken, zowel jongens als meisjes! En zowel vaders als moeders kunnen dader zijn. In elke kerkzaal of klas moet wel een slachtoffer

aanwezig zijn. ‘Je redt een kind als je niet wegstijgt.’

Veilig

Daarnaast houdt Paul gastspreekbeurten in PKN-gemeenten. Op maandag moet hij daar dan weer van bijkomen, maar het is het hem waard. Onlangs ging hij aan de slag met Psalm 88A uit het Nieuwe Liedboek. ‘Dat is een depressieve psalm, die meestal wordt overgeslagen. Maar het is zo belangrijk dat je oog hebt voor de moeite en het lijden van mensen die iets

is overkomen. Daarmee doe je hen recht. Help elkaar erdoorheen. Daarnaast laat ik graag Psalm 84 zingen. Psalmen van Nu heeft er een prachtig lied van gemaakt. Ik heb vaak geworsteld met de vraag of ik God wel voor 100 procent kan vertrouwen. Maar dit lied spreekt van het Huis van de Heer waar zelfs de mus en de zwaluw een veilig heenkomen kunnen vinden. Er kan van alles mis zijn in de kerk, maar hier voel ik me veilig. Waar zou ik anders heengaan?’ ■



Paul van Dam (62 jaar) is getrouwd met Marlies en heeft een zoon en een dochter. Hij is theoloog en preekt als gastspreeker in PKN-kerken. Hij is penningmeester van de Stichting Traumaseksualiteit (tot voor kort Peter John Schouten Stichting), een organisatie die mannelijke slachtoffers van seksueel misbruik helpt bij traumaverwerking. Daarnaast geeft Paul lezingen op scholen en in ziekenhuizen om leraren, verpleegkundigen en assistent-artsen attent te maken op de signalen van slachtoffers van seksueel misbruik.



Mieke Kerkhof-Scheenaard (1957) die het interview met Paul van Dam maakte, is freelance tekstschrijver/redacteur in Oegstgeest en trouwambtenaar. Voor meer informatie:

🌐 www.totaalverhaal.nl en 🌐 www.jaikwileentrouwambtenaar.nl