

Lopen op je tenen

Les en handboek

praktijk

Over huiselijk geweld en de
hulp die geboden wordt.

Lopen op je tenen

Les en handboek praktijk

Gerard M van Duin

Schrijver: mr drs GM van Duin

Coverontwerp: GM van Duin

ISBN: 9789491461057

Uitgegeven via: mijnbestseller.nl

Print: Printforce, Alphen a/d Rijn

© mr drs GM van Duin www.juristnet.nl

Voorwoord

Dit boekje zal enkele bekenden verbazen. Het gaat over de periode 2002 – 2012. Bekenden weten dan met wie ik heb samengeleefd. Over deze periode gaat dit boekje dat tevens een verslag is voor de hulpverlening. Het verslag was een verwerkingsproces en het op een rijtje zetten, het willen begrijpen van de gebeurtenissen. Ik hoop dat hulpverleners en slachtoffers en daders van huiselijk geweld hierdoor meer inzicht krijgen in de impact van huiselijk geweld. Ik verwacht dat slachtoffers hierdoor meer erkenning zullen krijgen voor hun nood en de opgelopen stress en post traumatische stress stoornis die wordt opgelopen door voortdurend huiselijk geweld. Ik hoop ook dat daders die zich herkennen zich gaan melden bij de hulpverlening.

Lopen op je tenen gaat over geweld, huiselijk geweld dat ruim tien jaar lang heeft voortgeduurd.

Geweld dat altijd voortdurend aanwezig is en je kleineert, intimideert. Geestelijk geweld is bijvoorbeeld dat zij de baas over je speelt, je commandeert, je vernedert, bedreigt of je spullen vernielt. Geestelijk geweld is zich uitleven in emoties op de ander.

Het is deels een verslag van persoonlijke ervaring en wat het met je doet, deels een theoretische verklaring.

Romantische relaties zijn niet altijd wat je ervan ziet. Lopen op je tenen is daar een verslag van in een dagboekvorm.

En ja, het zijn niet alleen mannen die hun vrouwelijke partner mishandelen. Ook vrouwen kunnen hun mannen mishandelen. Er bestaat niet alleen opvang voor vrouwen die met huiselijk geweld te maken hebben, er bestaat ook mannenopvang.

Het eerste deel gaat over huiselijk geweld zelf en de impact op het slachtoffer daarvan.

Het tweede deel gaat over de hulp en publieke dienstverlening en meer hoe slachtoffers van huiselijk geweld in tweede instantie weer slachtoffer worden van de regel is regel mentaliteit die ik bij enkele publieke dienstverleners ben tegengekomen. Ook ervaar ik duidelijk hoe instanties hun eigen beleid hebben en zich niet afstemmen op het beleid van andere instanties.

Voorts heb ik gemerkt dat van een samenwerking tussen instanties om ervoor te zorgen dat mensen die hulp nodig hebben niet tussen de wal en het schip vallen geen sprake is. Tot slot zijn er instanties waarvan de medewerkers het absoluut niet kunnen schelen in welke shit en problemen jij zit, als zij hun salaris maar ontvangen. Deze ambtenaren zijn te vinden in de beschrijving van mijn hand en lesboekje psychopaten met succes.

Het derde deel gaat over het matchen met een (nieuwe) partner. Waar ga en moet je op letten als je een gelukkige relatie wilt aangaan.

Inhoud

Deel:1	lopen op je tenen
Deel 2	help de hulp
Deel 3	je (nieuwe) partner

1

Er is weer eens een fikse woordenwisseling geweest waarbij geweld weer bijna werd gebruikt. Ik wil rust en loop naar boven. Gelukkig volgt ze me deze keer niet, want anders gaat de woordenwisseling en geweld boven gewoon verder en kan ik niet even rustig werken. Door schrijven of voorbereiden van enkele zaken of door de administratie te doen krijg ik weer rust die ik hard nodig heb en kan ik even mijn gedachten verzetten door mijn aandacht te zetten op wat ik wilgaan doen. En als ik niet even naar boven kan vluchten moet ik naar buiten en weg.

Ze laat me even zitten boven.

Ik zit nu boven te werken. Ik heb de folder huiselijk geweld van justitie uit de printer gehaald en lees de kenmerken onder het kopje “je hebt een relatie met iemand die”: en nu noem ik niet alle kenmerken uit de folder maar die ik herken uit mijn situatie. Ik schrik er van. Het maakt me moedeloos.

Je hebt een relatie met iemand die:

Ze wil altijd weten wat je doet en waar je bent

Ze maakt je bijna nooit een compliment

Ze kan heel charmant en afwijzend zijn

Ze heeft kritiek op je ook waar anderen bij zijn

Ze laat op allerlei manieren weten dat zij de baas is.

Ze behandelt je als haar bezit.

Ze legt vaak haar eigen wil aan mij op
Ze eist op hoge toon altijd te doen wat zij wil

Ze voldoet aan deze kenmerken.

Ik mis in de lijst nog de volgende kenmerken die ook aanwezig zijn:

- perfectionisme
- dwanggedachten en teldwang
- altijd schreeuwen en verbaal geweld

De kenmerken van het slachtoffer zijn:

- je voelt je niet gewaardeerd
- je bent niet vrij om met vrienden/familie om te gaan
- je bent wel eens bang of voelt je geïntimideerd
- twijfelt aan je eigen gevoelens en gedachten
- kan en mag geen beslissingen nemen zonder de mening van de ander te vragen
- hebt het gevoel niet meer te kunnen, onzekerder bent en nergens meer zin in hebt.
- doet vaak iets of laat vaak iets na om maar geen ruzie te krijgen

De folder zegt ook: Geweld hoeft je niet te accepteren. Je hebt het recht om met respect te worden behandeld. Je hebt zelf het recht om boos te worden, nee te zeggen.

Je hebt het recht om fouten te maken.