

Ons Welkom

We heten je welkom bij Anonieme incestoverlevenden (SIA) en hopen dat je hier de hoop, de verbondenheid en de genezing zult vinden die wij hebben mogen ervaren.

Wij zijn een gemeenschap van mannen en vrouwen van achttien jaar en ouder die zich laten leiden door een programma gebaseerd op twaalf stappen en twaalf tradities, samen met een aantal slogans en het Gebed om kalmte. Er zijn geen contributies of verplichtingen verbonden aan het lidmaatschap. Alles wat hier wordt gezegd – in de groepsbijeenkomst of van persoon tot persoon – dient strikt vertrouwelijk te blijven. Er is geen professionele therapeut werkzaam in onze groep; SIA is geen vervanging voor therapie of enige andere vorm van professionele hulpverlening, indien nodig. Het enige vereiste voor lidmaatschap is dat je als kind slachtoffer bent geweest van seksueel misbruik en dat je zelf geen kind misbruikt. We definiëren incest heel breed als een seksuele ervaring die het kind heeft beschadigd, veroorzaakt door een naast of verder familielid. Een ‘verder familielid’ kan een tante zijn, een oom, schoonfamilie, stief- of pleegouder, neef of nicht, vriend van de familie, leraar, coach, een ander kind, een geestelijke of wie dan ook je verondersteld werd te kunnen en mogen vertrouwen. Wij geloven dat we aangetast zijn door het misbruik ongeacht of het één of vele malen is voorgekomen, aangezien de schade onmiddellijk ontstaat.

In SIA leren wij het misbruik niet te ontkennen, dat we ons de incest niet hebben ingebeeld en ook dat het niet onze schuld was op wat voor een manier dan ook. De dader zal tot het uiterste gaan om de verantwoordelijkheid bij het weerloze kind te leggen, het kind dikwijls beschuldigend zich verleidelijk te hebben gedragen. Als kind hadden we een gezonde en natuurlijke behoefte aan liefde, aandacht en erkenning, en we hebben vaak een hoge prijs moeten betalen om deze behoeften vervuld te krijgen, maar we hebben degene die ons misbruikte niet verleid. Fysieke dwang is zelden nodig bij een kind omdat het kind al geïntimideerd is. Hoe subtieler de aanranding hoe meer schuldgevoel het slachtoffer ten onrechte met zich meedraagt. Wij leren dan ook geen enkele verantwoordelijkheid voor de aanrandingen op ons te nemen, ook niet als deze zich voordeden over een langere periode. Sommigen van ons worden nog steeds seksueel aangerand.

In SIA delen we onze ervaringen en gevoelens met elkaar. Wij beseffen dat we het gevoel hadden onze verzorgers te moeten beschermen voor dit vreselijke geheim, alsof zij er geen deel aan hadden. We voelden ons vervreemd van de familieleden die ons niet misbruikten. Vaak is een grotere woede op hen gericht, aangezien het veiliger is kwaad te worden op mensen van wie we voelen dat zij geen macht over ons hebben. We werden verzorgers om het beeld van een zorgzaam gezin overeind te houden. Onze gevoelens van verraden te zijn door onze familie zijn onmetelijk. We moeten rouwen over de dood van de ideale familie die velen van ons in hun verbeelding hadden geschapen.

In het omgaan met dit lijden voelt het alsof we een wond aan het openkrabben zijn die nooit op een goede manier is geheeld, *en dat doet pijn*. Het is echter gemakkelijker om te huilen wanneer we vrienden hebben die niet bang zijn voor onze tranen. We *kunnen* troost vinden, daarom zijn wij hier. De pijn die wij voelen is niet langer tevergeefs. We zullen wat gebeurd is nooit vergeten maar we kunnen, in de loop van de tijd, een eind maken aan de gevoelens van spijt die gepaard gaan met de verwoestende herinneringen. Wij kunnen, per dag, leren dat wij *incestoverlevenden* zijn, in plaats van slachtoffers.

Tot Slot

Wanneer we deze bijeenkomst afsluiten is het belangrijk voor ons te beseffen dat niemand hier ons kan vertellen wat we wel of niet moeten doen. We moeten ieder onze eigen richting in ons herstel bepalen. We geven geen advies in SIA. Neem wat je kunt gebruiken en vergeet de rest. Laten wij elkaar niet veroordelen of bekritisieren.

Omdat we samenkomen om elkaar te steunen is het belangrijk dat we onze gevoelens en gedachten met elkaar kunnen delen, maar laten wij altijd onthouden dat wat in deze ruimte wordt gezegd ook in deze ruimte moet blijven. Vertrouwelijkheid is de sleutel tot dit programma.

SIA is een programma dat gebaseerd is op anonimiteit; wij dienen derhalve onherkenbaar te blijven op het niveau van pers, tv, radio, films en internet. Als we elkaar buiten een bijeenkomst tegenkomen, mogen wij de anonimiteit van de ander niet in gevaar brengen door hem of haar aan te spreken als SIA-lid.

Weet dat wij hier op onze plaats zijn, ongeacht wie ons heeft misbruikt of hoe lang of op welke manier. Velen van ons ondergaan dezelfde gevoelens en consequenties als andere misbruikoverlevenden. Wij kunnen elkaar daarom steun bieden.

Wij willen diegenen die nog maar pas bij ons in SIA zijn gekomen eraan herinneren dat ieder van ons een creatief, moedig en zorgzaam persoon is. Iedere dag die wij doorbrengen in de omgang met onze incestervaring zullen we sterkere mensen worden, en wij zullen onszelf gaan zien als overlevenden. Het spijt ons dat lijden ons bij elkaar heeft gebracht. Wij hopen dat je de liefde zult gaan voelen die wij al voor jou in ons hart hebben. We kennen jouw pijn. We willen dat je gelooft dat jou niets te verwijten valt en dat je er niet alleen voor staat. Wij zijn tot het ontzagwekkende besef gekomen dat onze pijn tijdelijk is maar dat ontkenning en zijn consequenties blijvend zijn. *En als een van ons kan herstellen, kunnen wij dat allemaal.*

-0-0-0-