

“Jarenlang werd ik mishandeld. Jarenlang heb ik gezwegen. Maar nu is het uit!”

Ik heb veel te lang gezwegen, vijf en een half jaar om precies te zijn. Maar nu weet ik dat ik als mannelijk slachtoffer niet alleen sta. Mijn huwelijk was horror. Tegen mijn ex-vrouw zei je geen nee, ze vond dat niemand haar begreep (ze leed ook aan een borderline-stoornis), was vaak depressief en reageerde dat af op mij en de kinderen. Toen ik van haar vluchtte en de scheiding inzette, liep ze vaker dronken dan nuchter rond, ook wanneer ze tijdens het bezoekrecht de kinderen bij zich had. Zij had al 3 kinderen uit vorige relaties en samen hebben we 2 kinderen. Mijn oudste stiefdochter zij ooit: ‘als mama boos werd, veranderde ze in een monster en de blik in haar ogen deed me verstijven van de schrik.’ Gelukkig stapte dat ‘monster’ enkele maanden geleden zelf uit het leven.

Escalatie

Toen we nog gewoon vrienden waren, was mijn ex-partner een vriendelijke vrouw, de perfecte moeder voor de buitenwereld. Financieel was het voor haar beter dat ze snel bij me kwam inwonen. Ik trouwde met haar, al dacht ik op het moment dat ik ‘ja’ zei eigenlijk ‘nee’. Al na enkele maanden kwam haar ware aard naar boven en ging het bergaf met onze relatie. Wat begon met dreigementen, schelden en tieren evolueerde al snel tot fysiek geweld. Voor ik het wist zat ik in een web waar ik niet meer uit geraakte. Bij haar blijven leek me veiliger dan weggaan, ik vreesde voor mijn leven en het was mijn verantwoordelijkheid om de kinderen tegen haar te beschermen.

Als een van de kinderen morste of te luid speelde, ontplofte ze al. Soms sloeg ze me het hele huis door, op een bepaald moment zelfs met de helm van de brommer. Ik raakte bewusteloos. Ooit gooide ze me door het raam van de veranda. Als ze woest was, had ze enorm veel kracht. Hoe verder in de tijd, hoe frequenter de slechte momenten. Op het einde van onze relatie was elke dag de hel.

Vernederd

Mijn ex-vrouw pleegde zowel fysiek, psychisch, financieel als seksueel geweld op me. Vaak schold ze me uit en vernederde me in het openbaar. Toen ik mijn sleutels eens kwijt was, zette ze op facebook: ‘de dommerik is zijn sleutels kwijt’. Drie weken later vond uitgerekend zij de sleutels terug in de auto. Ik werkte als schilder, maar zij verstopte behangboeken die ik had klaargezet voor klantenbezoeken en wiste offertes en werffoto ‘s van mijn computer. Ik kon niet anders dan stoppen met mijn zelfstandige activiteit.

Verkracht

Bij ons jongste kind voel ik me als man verkracht. Enkele weken na de geboorte van ons eerste kind, begon ze over nog een kind. Ik wou geen kind meer met haar. De ruzie escaleerde, ze kreeg me in bed, maakte mijn broek los, krabde en beet me toen ik tegenstribbelde. Ik moest het onderspit delven en probeerde te denken: ‘laat het komen, dan ben je er vanaf en hopelijk is het niets.’ Maar dat hoopte ik fout, al hou ik ook zielsveel van mijn jongste dochter. Na wat er gebeurd was, voelde ik me zo vies dat ik me in paniek afspoelde onder de douche.

Ik leerde liegen

De buitenwereld mocht niet merken dat het scheef zat tussen ons. Blauwe plekken en bijtonden moest ik ook in de zomer verstoppen met lange mouwen. Als mensen me daar opmerkingen over gaven, verzoon ik wel iets. Als mijn gezicht open lag, had de hond me toegetakeld. Ik leerde liegen. Alleen bowling mocht ik blijven doen, niets mocht abnormaal lijken.

Kindermishandeling

Eigenlijk zijn haar kinderen naar mijn gevoel altijd mijn kinderen geweest, al snel zeiden ze papa tegen me. Maar mijn ex-vrouw beet de kinderen, sloeg en verwaarloosde ze. Behalve het kindergeld dat ze opbrachten, waren ze een last voor haar.

Nooit heb ik mijn ex-vrouw zelf met een vinger aangeraakt, hoe hard ze me ook uitdaagde om terug te slaan. Het enige wat ik kon doen, was haar ontwijken en lopen, lopen, lopen. Als man ben je een vogel voor de kat. De politie geloofde mij niet, altijd vertelde ze haar verhaal zo dat zij zich tegen mij moest verdedigen. Ook de kinderen werden niet geloofd toen ze op momenten van ruzie naar de politie belden en zeiden dat mama papa sloeg.

Keerpunt

Op een ochtend was ik onze baby aan het verschonen. Ze sloeg me recht op mijn gezicht en ik kon nog net mijn evenwicht bewaren en het kind vasthouden. De reden voor haar razernij was een fototoestel dat niet op de juiste plaats lag. Voor de zoveelste keer was het leven van een van onze kinderen in gevaar. Zo kon het niet langer. Die ochtend ben ik met de kinderen naar mijn ouders gevluht. Nooit heeft ze zich verontschuldigd. Integendeel: ik was altijd degene die sorry zei al was ik niet in fout. In al die jaren heeft ze nooit beseft dat zij een probleem had.

Falende hulpverlening

Ik heb me geërgerd aan de manier van werken en de laksheid van ons rechtssysteem, de politie en de hulpverlening. Vaak kreeg ik te horen dat de zaak geseponeerd was bij gebrek aan bewijzen en omdat de feiten niet ernstig genoeg waren. Later schreven ze de situatie toe aan de echtscheidingsproblematiek. Zolang ze mijn ex-partner niet op heterdaad kon betrappen, nam de politie niets serieus. Toen ik bij mijn oudste stiefdochter kopieergedrag van mijn ex-partner vaststelde, deed Jongerenwelzijn daar niets mee. Mijn haren kwamen overeind toen ik dit hoorde.

Een luisterend oor

Toch heb ik ook positieve ervaringen gehad met hulpverlening als Tele-Onthaal, het Vertrouwenscentrum Kindermishandeling, het CLB en de pleegzorg. Die organisaties luisterden en grepen daadwerkelijk in.

In het begin vond ik het moeilijk om aangifte te doen bij de politie. Pas toen ik zichtbare wonden had, heb ik de moed bij elkaar geraapt en aangifte gedaan. Over de mishandeling praten, lukte me pas nadat ik gevluht was. Het werkt therapeutisch en helpt bij de verwerking en de aanvaarding. In het begin was erover praten mijn hulpkreet, nu doe ik het om anderen te helpen. Wat ik vooral wil vertellen aan andere slachtoffers is dit: hoe moeilijk het ook is, probeer weg te gaan. Breng jezelf en je kinderen in veiligheid.