

“Nadien vraag je je af hoe het zover is kunnen komen. Maar het is een geleidelijk proces waarin je steeds vaster komt te zitten.”

Isolatie en geweld

Het geweld begon heel vroeg in mijn relatie. Mondjesmaat, bijna onzichtbaar nog. Hij isoleerde me van mensen die me vertrouwd waren, maakte hen zwart en zette me tegen hen op. Later kwamen de verwijten, bedreigingen en slagen. En dat ging onvoorstelbaar ver. Hij sloeg me zelfs wanneer ik een glas verkeerd op tafel zette. Toen ik zwanger was van mijn jongste zoon sloeg hij me zo hard en stampte me in de buik waardoor ik even het bewustzijn verloor. Ik smeekte hem te stoppen, voor dat ongeborn kindje in mijn buik en mijn andere kind naast me. Hij ging gewoon voort.

Zelfbeeld onder 0

Ontelbare keren prentte hij het me in: ‘Je bent lui en dom en niemand vindt jou de moeite waard.’ Als je dat vaak genoeg hoort, ga je het geloven. Al snel dacht ik: ik heb iets verkeerd gedaan, daarom wordt hij kwaad. Maar hoe hard ik ook probeerde goed te doen en zijn agressie te voorkomen, hij reageerde met geweld. Steeds banger werd ik dat er erge dingen zouden gebeuren, met mezelf of met de kinderen.

Foltering

Ik moest ook eens het huishouden doen met rugzakken vol gewichten. Het begon met 20 kg, maar uiteindelijk droeg ik 60 kg. Zoveel weeg ik zelf. En dan moest ik 100 keer heen en weer lopen in huis. Ik bezweek onder het gewicht, kon nauwelijks nog ademen en viel op de grond. Dit alles terwijl mijn zoon toeschouwde. Hij wou me laten voelen hoe het was om meer dan 120 kg te wegen, net als hij, zodat ik hem nooit meer zou vragen me te helpen in het huishouden. Dat heb ik dan ook niet meer gedaan.

Keerpunt

Wat ik ook deed, hij vond altijd wel een andere reden om zijn agressie op me uit te werken. Mijn zelfvertrouwen raakte totaal ondermijnd. Toen hij op een dag ook een vriend het mes op de keel zette, begon ik geleidelijk te begrijpen dat de mishandeling die ik al 11 jaar onderging niet terecht én ook niet mijn schuld was. Pas nadat hij me op een avond met een mes aanviel in mijn kamer, en ik wist te ontkomen, heb ik besloten met deze man geen direct contact meer te willen. In de therapie na mijn scheiding leerde ik opnieuw dat ik een eigen mening mocht hebben. Stapje voor stapje leerde ik mijn zelfvertrouwen op te bouwen, gaf ik het verleden een plaats en keek uit naar de toekomst. De littekens zullen altijd blijven, maar ik voel me steeds sterker om ook met de moeilijke momenten om te gaan. Mijn ex nam me 11 jaar van mijn leven af. Maar de rest is van mij.

Kinderbescherming

Jarenlang waren de kinderen getuige van het geweld, bewust en onbewust. Dat had een enorme impact op hun ontwikkeling. Ook zij hebben een moeizaam herstel achter de rug. In de literatuur lees je dat als kinderen getuige zijn van geweld, dit gelijk staat aan kindermishandeling. Ik begrijp niet waarom de rechtbank de dader hiermee niet confronteert, integendeel, het contact tussen vader en kinderen wordt hoger gewaardeerd als de veiligheid van de kinderen, en men wordt verplicht de kinderen naar hun vader te laten gaan. Terwijl ik weet hoe gevaarlijk en instabiel hij is, en terwijl hij geen rekenschap

moet afleggen voor zijn verleden. Zo hoop ik dat er in de toekomst meer maatregelen komen om de kinderen te begeleiden en te beschermen, maar ook de rechten, de grenzen en de veiligheid van het slachtoffer, want als slachtoffer heb ik niet het gevoel dat de problematiek ernstig genoeg aangepakt wordt.