

**Wat helpend was of juist
minder helpend binnen een
therapietraject bij doorgaand
misbruik**

Symposium Zwolle 24 november 2018



Toen ik naar buiten
liep, mijn vrijheid
tegemoet, wist ik
dat als ik niet al
mijn angst, haat en
bitterheid zou
achterlaten,
dat ik dan nog altijd
gevangen zou zijn

Nelson Mandela

Programm

- Wie is Brenda?
- Geschiedenis
- Therapietraject





Wie is Brenda?

- Leeftijd
- Opleiding
- Werk
- Dagelijks leven

*Even
voorstellen*



Mijn geschiedenis

- Deze workshop gaat over mijn geschiedenis
- Kan anders zijn dan van anderen overlevenden
- Niet iedereen die misbruikt is ontwikkeld DIS
- Ook het therapietraject kan anders verlopen
- Ik nu in de ik-vorm

Geschiedenis

- Opgegroeid in een omgeving van georganiseerd misbruik en mensenhandel
- Verwaarlozing, kinderprostitutie en kinderpornografie
- Beide ouders, en sommige familieleden, waren lid van de organisatie





Therapietraject



- Eerste ervaring met “therapie”
- Geregeld aangemeld via huisarts voor therapie zonder ooit te weten wat er daadwerkelijk speelde
- tot 1992, het begin van een lang en intensief therapietraject

Therapietraject

- Dagbehandeling vrouwenopvang
- Eerste keer vermoedens dat DIS kon spelen
- Dagbehandeling verplicht verlaten ivm zwangerschap
- In 1996 officiële diagnose DIS en start behandeling bij Parnassia
- Door verhuizing verandering van therapeut
- In 1999 begin bij huidige therapeut



Vertrouwen

- Moeilijkste thema
- Wij → therapeut
- Therapeut → ons
- Ik → therapeut
- Therapeut → mij



Positieve alters

- De wil om te durven vertrouwen
- Leergierig
- Behulpzaam
- Gericht op loskomen cult



Negatieve alters

- Vast in oude boodschappen en overtuigingen
- Ondermijnen de therapie
- Onrust stoken
- Veelal vanuit angst



Destructieve alters

- Bewust door cult gecreëerd
- Saboteren de therapie
- Doel is zwijgen en cult veilig stellen



Programmeringen

- Stagnatie in therapie
- Bewust door cult gecreëerde delen
- 2 jaar geduurd om in kaart te brengen
- Zowel teksten als kinderliedjes



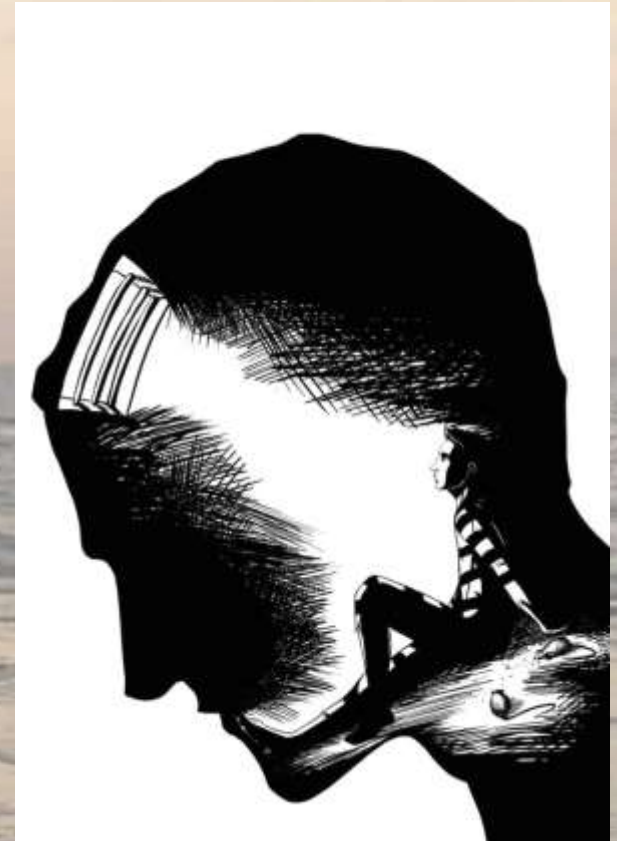
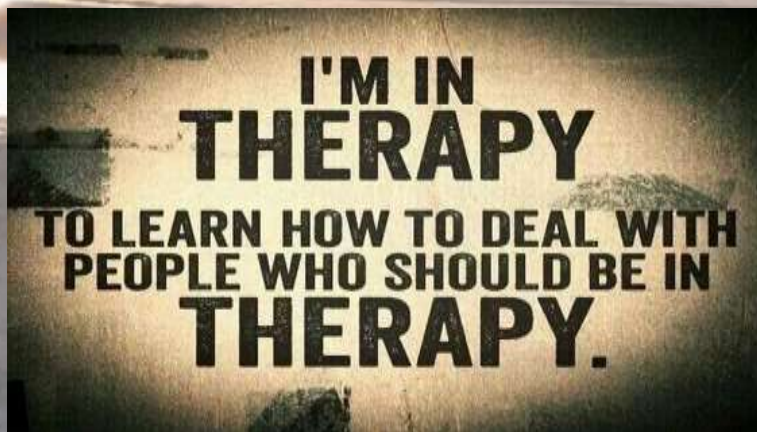
Deprogrammeren

- Verantwoord?
- Oude teksten herschrijven
- Juiste cue erbij vinden
- Zoals symbolen door cult gemaakt
- Zelfs dierbaren voorwerpen waren een cue



Bewustwording

Ik heb veel niet bewust
meegemaakt
maar heb er nu wel bewustzijn over



Schaamte

- Dat me dit is overkomen
- Dat het nog gebeurde
- Dat ik het niet kan stoppen



Schuld

Slachtoffer



Daderschap



Angst



Triggers binnen de therapie

- Medicatie
- Lampje “bezet”
- Kleding therapeut
- Indeling kamer
- Opname PAAZ



Blijf goed in contact

- Goede hart van de therapeut
- Eigen wijsheid
- Evalueer op tijd
- Tunnelvisie



Heden

- Gevoel ík nu pas kan beginnen met therapie
- Moeite mijn plek in te nemen
- Geschiedenis stoot af
- Voel me anders
- Soms buitengesloten



Toekomst



Dank u wel

