

DE KRACHT VAN HET VERLEDEN

NOUVEAU

EXTRA
DIK

REAL
LIFE
special

LEKKER LANG
LEZEN

DE
MOOISTE
BUITEN
INTERIEURS
om de hele
zomer
in te wonen

Anita Witzier en
haar dochter Julia

*'Ongelooflijk dat ik haar
eetprobleem niet zag'*

LUSTIGE LEVENSLIJSSEN
VAN EEN TECKEL

'TRED HET LEVEN
SPEELS TEGEMOET'

ACTRICE IRMA HARTOG

'IK MOËST MIJN MOEDERS
VERLEDEN ONDER OGEN ZIEN'

ZO BLIJF
JE OP
GEWICHT
KEN JE
HORMONEN

Reizen!

● NAAR PARIJS
OP DE FIETS

● EEN GLAASJE
MADEIRA, MY DEAR

● STOP HET
ZOMERPIEKEREN!

Zomer vol LIEFDE

Caroline Tensen 'Mijn man heeft
zijn vrouw weer terug'



Op haar werk was Ester Wijnen (51) een high potential, thuis werd ze jarenlang mishandeld door haar partner. Door haar verhaal te delen, bestrijdt ze een groot vooroordeel: 'Het gaat hier niet over 'zwak, zielig of onderkant samenleving', het komt juist veel voor bij hogeropgeleiden.'

'Niemand wist dat ook in mijn gezin mishandeling plaatsvond'

Interview: Manan Bhatia

Ik

een rechtsadvijzer, mondige, hoogopgeleide vrouw met een carrière, werd fysiek en psychisch mishandeld.

Ik was zeven jaar getrouwd toen ik het eindelijk aandurfde om te scheiden. Ik wist wel dat ik aan mijn ex vast zou blijven zitten – hij is tenslotte de vader van mijn zonen –, maar ik had niet verwacht dat de terreur aan zou houden. Het kostte me nog eens zeven jaar om te brenn hoe ik me verder kon ontwikkelen. Ik zag steeds beter hoe bizar en onrechtvaardig het was. Op een dag was ik er klaar voor: ik dinker op de knop en plannet mijn verhaal op LinkedIn. Wat er toen gebeurde, had ik nooit kunnen voorzien.

Ik had tijdens de relatie heus wel door dat ik te maken had met geweld en dat dat niet oké was. Toch is dat niet heel anders dan begrijpen hoe het geweldpatroon in elkaar zit. Het heeft jaren geduurd voor ik inzag dat het niet aan mij lag, dat ik me ervan kon en mocht bevrijden. Er wordt door de buitenwereld meestal op het grootste gefocusseerd als het over partnersgeweld gaat, op de blippen. Terwijl het grootste verrijn juist in het kleine, het verhoudelijke: het gemiddelde, de terugloope opterkingen – met altijd de onderliggende booschapp; het ligt aan jou. De vinger elke over de deur gaat en danc. Je hebt niet goed geprotest. Het is een patroon dat groeit, waardoor je zelf steeds minder goed weet wat is normaal. Je gaat steeds meer twijfelen aan jezelf. Het kan lang duren voor je het zelf doorziet.



'Ik wil dat mensen die het niet hebben meegemaakt, gaan begrijpen waarom je niet meteen weggaat na de eerste klap'



Daarom heb ik ervoor gekozen om mijn verhaal heel gedetailleerd te beschrijven in mijn boek *Jij bent het probleem*. Ik wil ook dat mensen die het niet hebben meegemaakt gaan begrijpen waarom je niet meteen weggaat na de eerste klap. Want dat is wat ontzakers zeggen: ik van meteen weggaan! Dat ontzekerende beeld ontbreekt tot het soort misbegrip waarvoor slachtoffers zich nog meer gaan schamen en dan nog minder denken.

Ik vertelde het niet eerst aan mijn beste vrienden. Uit schamte. Ik begreep het zelf niet – op mijn werk was ik een *high performer*, thuis was ik een ontzaker en onderdrukte men in de overlevingsmodus – en ik vertelde me schuldig: lag het misschien toch aan mij? Dat eindelijk gruis in je eerste zoep voor enorme eenzaamheid. Terwijl je verhaal delen de eerste stap is op weg naar bevrijding. Zoek iemand die je vertrouwt, iemand die niet twijfelt bij jou. Want dat is het belangrijkste dat je als bestuurder kan doen: blijven vragen of het wel goed gaat, hiërarchisch zonder context en hoogst benoemen wat volgens jou normaal is.

Jaren had ik ervoor gedaan om me los te maken, te de overlevingsmodus te komen en de regel over mijn leven weer terug te pakken. Toen kwam er ook ruimte om van een afstand te kijken naar wat ik had meegemaakt. Dat maakte dat ik twee jaar geleden een LinkedInbericht kermakerke met in het kort mijn verhaal. Ik dacht goed na over de mogelijke gevolgen. Op een ochtend plaste ik het (ik had een dadelijk doel – het roepen doorbreken en daarmee aandacht vragen voor partnergeweld onder hooggeplekden – maar ik verslechterte ook concreet van. En al zeker niet het eerste aantal items (een mijne), de afbreken reacties en alle overvloedvragen. Ik wist niet wat ik meemaakte. Doordat ik geen externe bevestiging meer nodig had om in mijn eigen verhaal te geloven – wat me jaren gekoel had –, kon ik er goed mee omgaan. Na de schrijft wilde gezamenlijke vrienden vooral normaal blijven. Over het geweld had ik dan ook nooit een verteld. Ik wist inmiddels hoe moeilijk ontzakers het vinden om erover om te gaan. Maar het deed me zo goed dat er ook betrokken respondenten. Ze zonden dat ze geschokt waren of

wel vermoeden hadden of zich afvroegen: wat heb ik gemist? Ik kreeg ontelbaar veel reacties van leegzotten, hartverwarmende berichten, schrijvende ontzakeringen. Ik moest er iets mee. Ik vertelde me nog meer in de maatschappij en ik formulerde die doelen: ik wil helpen het taboe te doorbreken en het bewustzijn te vergroten en ik wil bijdragen aan een betere bescherming, zowel bij hulpverleners als in de maatschappij. Het gaat hier niet over 'zwak, zelig of onderkaste samenwerking', het komt juist veel voor bij hooggeplekden, vrouwen, maar ook mannen. Maar veel mensen willen het zelf oplossen, zoeken zich niet thuis bij de geschied naar bijvoorbeeld een *help-van-mijn-lijfs* te moeten. Dat geldt ook voor mij. Ik zoek naar andere oplossingen. En die leken onvindbaar. Terwijl partnergeweld de meest voorkomende vorm van geweld is in Nederland.

Me hoortgen heeft me veel gebracht. Naast mijn reguliere werk schreef ik mijn boek. Simakelen gaf ik lezingen, organiseer ik eekels van leegzotten en deed ik op sociale media. Die moet aanpakke worden en daar draag ik graag aan bij. ●



AL IS ER MET
PROBLEEM
ESTHER WAMBEN
9789049100000