

BESCHERMING TEGEN GEWELD

Wat je zelf kunt doen
NEDERLANDS



MOVISIE verzamelt, ontwikkelt en verspreidt kennis en adviseert op het gebied van welzijn, zorg en sociale veiligheid. MOVISIE werkt voor en samen met overheden, burgerinitiatieven, professionele en vrijwilligersorganisaties met als doel de participatie en zelfredzaamheid van burgers te vergroten. Centrale thema's daarbij zijn vrijwillige inzet, mantelzorg, kwetsbare groepen, leefbaarheid en seksueel en huiselijk geweld.

Kijk voor meer informatie op www.movisie.nl

Colofon

Auteur: Gaby Wertenbroek en Marianne Cense

Vormgeving: Avant la lettre, Utrecht

Uitgave: MOVISIE, in samenwerking met Stichting Shakti, Eindhoven

Deze folder is financieel mogelijk gemaakt door het ministerie van Justitie en het ministerie van VWS.

Deze folder is tegen verzend- en administratiekosten beschikbaar in Arabisch, Chinees, Engels, Farsi, Frans, Nederlands, Pools, Somalisch, Spaans en Turks. U kunt exemplaren bestellen via www.movisie.nl.

© MOVISIE, april 2009, 4e herdruk

Overname van teksten is toegestaan met bronvermelding.

BESCHERMING TEGEN GEWELD

Geweld komt overal voor: thuis, op het werk en op straat. Geweld komt voor in alle culturen. Vrouwen, mannen en kinderen kunnen ermee te maken krijgen, als slachtoffer of als getuige. Het meeste geweld tegen vrouwen vindt plaats in de huiselijke omgeving, dus in je eigen huis. Het komt voor in alle lagen van de bevolking, bij mensen van alle leeftijden, beroepen en inkomensklassen, op het platteland en in de grote steden.

Geweld hoeft je niet vanzelfsprekend te vinden of gewoon te accepteren. Je kunt stappen ondernemen om het te stoppen. Ook als je in een afhankelijke positie verkeert, bijvoorbeeld omdat je geen eigen inkomen hebt of geen verblijfsvergunning. In deze brochure staat wat je tegen geweld kunt doen.

VOOR WIE?

Deze brochure is voor vrouwen die met geweld geconfronteerd worden, in het bijzonder voor zwarte, migranten- of vluchtelingenvrouwen. Je

kunt lezen hoe je jezelf kunt beschermen tegen geweld.

WAT IS GEWELD?

Er zijn veel verschillende vormen van geweld.

Lichamelijk: zoals spugen, slaan, schoppen, trappen, overgieten met hete olie of water of van de trap af gooien;

Seksueel: zoals dwingen tot seks, verkrachting, besnijden, aborteren van meisjesfoetussen of het dwingen te kijken naar seksuele handelingen van een ander;

Psychisch: kleineren, uitschelden, onthouden van eigen geld, verbieden te bellen, afpakken van je paspoort of verblijfsvergunning. Ook ontvoeren, opsluiten, verbieden van activiteiten en contacten buitenshuis, dreigen met geweld tegen jou of je kinderen, vernielen van dierbare voorwerpen en dreigen met zelfmoord vallen onder psychisch geweld. Evenals achterstellen of beledigen op oneigenlijke gronden zoals je afkomst ('je stinkt', 'je steelt').



Vaak krijgen slachtoffers met meerdere vormen van geweld te maken. Alle soorten geweld kunnen gevaarlijk zijn en hebben gevolgen voor slachtoffers.

WIE PLEEGT GEWELD?

In de meeste gevallen zijn mannen de plegers van geweld en vrouwen en kinderen de slachtoffers. Maar vrouwen kunnen ook dader zijn en mannen ook slachtoffer. Onderzoek wijst uit dat de meeste slachtoffers de dader op de een of andere manier kennen. Het kan een vriend, familielid (echtgenoot, schoonvader/-moeder), kennis, buurman of baas zijn. Dit mag je niet tegenhouden om hulp te zoeken of aangifte te doen, hoe moeilijk dit misschien ook lijkt.

VOOROORDELEN

Over geweld tegen vrouwen bestaan veel vooroordelen. Deze vooroordelen beïnvloeden de manier waarop vrouwen tegenover het geweld staan dat zij hebben ondervonden en tegenover zichzelf.

De meest voorkomende vooroordelen:

”Vrouwen vragen erom.”

Niemand vraagt erom mishandeld of verkracht te worden. Het zijn brute misdaden die voorkomen, ongeacht hoe vrouwen zich kleden, kijken, wat hun beroep is, hoe oud ze zijn of waar ze heen gaan.

”Mannen verkrachten omdat zij hun seksuele verlangens niet kunnen bedwingen.”

Mannen kunnen hun seksuele verlangens bedwingen. Geen enkel verlangen geeft iemand het recht een ander geweld aan te doen. Dit geweld is gewoonlijk ingegeven door de wens te controleren, te domineren en te vernederen, niet door seksueel verlangen.

”Het is redelijk dat een man geweld gebruikt om controle over zijn gezin te houden, de baas te spelen of zijn gezag te laten gelden.”

Een man is een gelijkwaardig lid van het gezin. Het is onaanvaardbaar geweld te gebruiken om welke reden dan ook. Onenigheid moet je met praten oplossen en niet met geweld.



“In ieder gezin is wel eens wat, het is mijn lot, Allah wil het zo, het staat in de Koran.”

Geweld overkomt je niet omdat je toevallig in het verkeerde gezin geboren bent of door het lot. Nergens in de Koran staat dat Allah wil dat vrouwen of mannen slachtoffer worden van geweld. In de Koran staat juist dat men met een vrouw om moet gaan op dezelfde wijze als met kostbaar glas.

“Als je met iemand uitgaat ben je verplicht seks te hebben.”

Je hoeft geen seks te hebben met degene met wie je uitgaat, of wanneer die persoon een drankje of een etentje voor je betaalt. Je hoeft ook geen seks te hebben met iemand die je bij je thuis hebt uitgenodigd. Als iemand je daartoe dwingt, is dat een misdaad en dus wettelijk strafbaar.

GEVOLGEN

Het ondergaan van geweld is pijnlijk en vernederend. Slachtoffers krijgen vaak last van allerlei verwarde gevoelens. Iedereen reageert verschillend.

• Door alle verhalen over geweld denken veel vrouwen dat zij schuld hebben in plaats van de dader. Als je zelf maar... dan was het niet gebeurd. Maar niemand heeft het recht een ander te mishandelen of te misbruiken. De schuld ligt bij de dader.

• Sommige vrouwen schamen zich dat het juist hen moest gebeuren.

• Veel vrouwen worden er bang van. Bang om de straat op te gaan, bang om opnieuw geslagen te worden, bang om aangeraakt te worden, bang voor mannen.

• Je kunt ook ontzettend kwaad zijn, op de dader of op andere mensen die je niet beschermd hebben.

• Je kunt last hebben van nachtmerries en slaapproblemen, geen zin meer hebben in eten, je lichaam vies vinden of je ziek voelen. Of denken dat je gek aan het worden bent.

WAT KUN JE ZELF DOEN TEGEN GEWELD?

Geweld is vaak heel ingrijpend. Het is moeilijk om het in je eentje op te lossen. Je bent misschien bang voor de gevolgen als je er met iemand anders over praat. Of je schaamt je en denkt dat het aan jou ligt. Als je merkt dat je er niet uitkomt, probeer er dan toch met iemand over te praten. Met iemand die jij vertrouwt en die je begrijpt. Dit kan een vriend(in) zijn, een familielid of iemand binnen de gemeenschap waarvan je weet dat hij of zij vaker naar problemen luistert.

Je kunt ook bellen met hulpverleners die je steun kunnen geven. Praten lucht vaak op en helpt je om op een rijtje te krijgen wat je kunt doen. Er zijn veel vrouwen die met geweld te maken krijgen. Hulpverleners zijn ervoor om deze vrouwen te helpen. Als je bang bent voor geweld door een familielid, bijvoorbeeld je echtgenoot, is het ook slim om een reddingsplan voor te bereiden. De politie kan ook helpen; zij zijn er ook voor jouw veiligheid!



1. Hulp

Beslissen wat je gaat doen is heel belangrijk en tegelijkertijd heel moeilijk. Het kan helpen erover te praten met een hulpverlener om voor jezelf helder te krijgen wat je wilt en kunt doen. Deze hulpverleners kunnen je uitleggen welke mogelijkheden je hebt. Ze kunnen je adressen geven waar je heen kunt gaan om veilig te zijn. Je kunt hen vragen je gegevens (dossier) vertrouwelijk te behandelen. Het kan goed zijn om een vriendin mee te nemen wanneer je besluit naar een hulpverlenende instantie te gaan.

In elke gemeente vind je maatschappelijk werk. Dat is een hulpverleningsinstantie waar mensen werken die luisteren en raad geven bij problemen. Het telefoonnummer staat in het telefoonboek. Ook kan je hiervoor terecht bij het steunpunt huiselijk geweld in jouw regio. Bij de vrouwenopvang kun je terecht als je een veilige plek nodig hebt om een tijd te schuilen.

Op de internetwebsites www.steunpunthuiselijkgeweld.nl of www.huiselijkgeweld.nl kun je in-

formatie vinden welke organisaties in jouw regio hulp bieden. Het steunpunt huiselijk geweld heeft één landelijk telefoonnummer: **0900-1262626** (0,05 cent per minuut).

Als je telefonisch over het geweld wilt praten, kun je contact opnemen met:

- Allochtone vrouwentelefoon:
tel. **0800-024 0027** (gratis, bereikbaar van maandag tot vrijdag 10.00-14.00 en maandag en woensdag 19.00-22.00), www.sensor.nl/oostnederland
- Stichting Korrelatie, hulp bij problemen,
tel. **0900-1450** of per mail: vraag@korrelatie.nl
- De eerste lijn, hulp na seksueel geweld,
tel. **020-613 0245**

Er zijn ook allochtone vrouwenorganisaties waar je terecht kunt:

- Stichting Kezban geeft je informatie over huise-
lijk geweld: Stichting Kezban,
Postbus 198, 5000 AD, Tilburg,
tel. **06-12 50 7996**, e-mail: info@st-kezban.nl
- Stichting Shakti biedt begeleiding en steun,
tel. **040-211 8740**, e-mail: stshakti@xs4all.nl

Als je echtgenoot of partner gewelddadig is, kan hij bij een therapiegroep voor gedragsverandering gaan. Hier kan hij leren om zijn agressie te beheersen. Sommige vrouwen hebben ervaren dat wanneer hun echtgenoot in zo'n groep zit, het geweld in huis vermindert. Adressen van dergelijke therapiegroepen en zelfhulpgroepen zijn te krijgen bij steunpunten huiselijk geweld, bij maatschappelijk werk, vrouwenopvang of, voor vluchtelingen vrouwen, contactpersonen bij vluchtelingenwerk of de sociale dienst.

2. Maak je eigen reddingsplan

Een reddingsplan kan het je makkelijker maken om uit je gewelddadige omgeving weg te komen. Het zorgt ervoor dat je jezelf buiten je vertrouwde omgeving beter kunt redden.

Stappen van een reddingsplan:

I. Bouw een kring van vrienden en hulpverleners om je heen waar je heen kunt voor financiële, emotionele en praktische hulp op het moment dat

je werkelijk vertrekt. Er zijn zelfhulpgroepen en instanties met informatie over opvangplekken.

2. Regel een opvangadres voor jezelf en voor je kinderen, dat onbekend is bij de pleger. Indien jullie in eerste instantie niet samen op één plek kunnen worden opgevangen, zorg dan voor verschillende alternatieve opvangadressen.

3. Pak een koffer in met de hoognodige kleding en spullen voor het geval je in hoge nood halsoverkop wilt vertrekken. Op dat moment heb je soms zelfs geen tijd om jezelf en je kinderen goed aan te kleden. Verstop deze koffer goed in huis, maar wel op een makkelijk te bereiken strategische plaats.

4. Verzamel alle belangrijke formele papieren die je denkt nodig te hebben, zoals paspoort, trouwboekje, geboortebewijzen van de kinderen, verblijfsvergunning, bankpasjes, bankafschriften, diploma's, lijstje met belangrijke telefoonnummers en adressen etc. op een makkelijk bereikbare plaats waar ze voor het grijpen liggen als je halsoverkop het huis uit wilt. Of leg deze op een plek



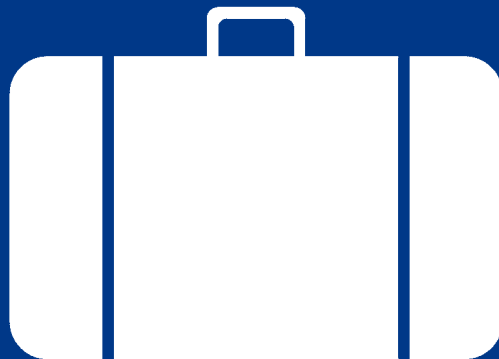
buitenshuis waar je ze kunt pakken zodra je betrokken bent.

5. Doe hetzelfde met je belangrijkste en dierbaarste persoonlijke bezittingen.

6. Maak een verslag of houd een dagboek bij van alles wat met het geweld te maken heeft. Bewaar brieven, bandjes, recepten van de huisarts, aangifteformulieren van de politie, rechtbankgegevens, foto's en maak kopieën van alle belangrijke papieren. Dit alles kun je later nodig hebben om het geweld te bewijzen. Berg deze stukken veilig op in een kluis of geef ze aan een heel vertrouwd iemand in bewaring.

7. Bespreek voordat je besluit het huis te verlaten je wettelijke rechten en verplichtingen, met name betreffende de kinderen en de woning, met een hulpverlener of een advocaat. Schakel eventueel een bemiddelaar met aanzien in uit je eigen gemeenschap.

8. Vertel onder geen beding na je vertrek aan de dader waar je zoal heen gaat. Neem uiterste voor-



zorgsmaatregelen. Vertel wel altijd aan een vriendin waar je heen gaat en wanneer je van plan bent terug te komen. Neem ook zoveel mogelijk veiligheidsmaatregelen. Schaf een alarmsysteem aan, extra sloten op ramen en deuren, een waakhond en een mobiele telefoon met een aanduiding wie jou belt.

9. Maak gebruik van de wet- en regelgeving om je te beschermen. Vraag als het nodig is een straatverbod of doe aangifte van het geweld. Als het tot een rechtszaak komt, vraag dan om toevoeging van een advocaat om je bij te staan bij alle zittingen. Voer de wettelijke procedures tot het eind toe om de dader te doordringen van zijn verantwoordelijkheden voor zijn daden en om jezelf te beschermen. Laat je niet intimideren.

10. Als je geen of niet voldoende Nederlands spreekt, wend je dan tot instanties waar jouw moedertaal wordt gesproken of waar een gratis tolk beschikbaar is. Neem het telefoonnummer mee van een tolkencentrum in je regio of neem iemand mee waarin je vertrouwen hebt, die voor je kan tolken.

3. Bel de politie

Als je onmiddellijk hulp nodig hebt, als je in gevaar bent, bel dan de politie op **nummer 112**.

De politie is er om voor veiligheid te zorgen, ook bij geweld binnenshuis. Als ze langskomen omdat jij gebeld hebt of omdat de burens gebeld hebben, zullen ze de dader aanspreken op zijn gedrag en bespreken hoe het verder gaat. In sommige situaties kan iemand die met geweld dreigt een tijdelijk huisverbod opgelegd krijgen. Dit betekent dat hij een korte periode het huis niet meer in mag.

Als het gaat om ernstig geweld kan de politie ook de dader vervolgen, dan komt hij waarschijnlijk voor de rechter. Je kunt ook na geweld zelf naar de politie stappen. De politie luistert naar je en legt uit wat ze kunnen doen. Als je aangifte wilt doen, kan dat, maar je kunt ook alleen je verhaal vertellen. Als je aangifte doet, zullen ze je vragen om bewijsmateriaal; verwondingen die je hebt, verklaringen van de huisarts, maar ook van mensen om je heen die iets gezien of gehoord hebben.

Tegenwoordig heb je als vrouw recht op een zelfstandige verblijfsvergunning als je gaat scheiden

omdat je door je man mishandeld wordt. Je hoeft Nederland dan niet te verlaten.

TELEFOONNUMMERS

- Het steunpunt huiselijk geweld heeft één landelijk telefoonnummer: **0800 2000** (0,05 cent per minuut).

Zie ook www.vooreenveiligthuis.nl, of kijk in het telefoonboek of op www.huiselijkgeweld.nl, ook voor maatschappelijk werk of andere hulp in je regio.

- Allochtone vrouwentelefoon:
tel. **0800-024 0027** (gratis, bereikbaar van maandag tot vrijdag 10.00-14.00 en maandag en woensdag 19.00-22.00), www.sensoor.nl/oostnederland

- Stichting Korrelatie: tel. 0900-1450,
e-mail: vraag@korrelatie.nl

- Stichting Kezban: tel. 06-12 50 7996,
e-mail: info@st-kezban.nl

- Stichting Shakti: tel. 040-211 8740,
e-mail: stshakti@xs4all.nl





SHAKTI



Kennis en advies voor
maatschappelijke ontwikkeling

mantelzorg

kwetsbare groepen

vrijwillige inzet

huiselijk en seksueel geweld

leefbaarheid

