

Contact met de ander helpt

Wat bedoelen we met emotioneel herstel?

Een ingrijpende gebeurtenis, zoals een delict of verkeersongeval, kan een grote (emotionele) impact hebben op direct betrokkenen en hun omgeving. Deze gevolgen kunnen zich op allerlei manieren uiten. Zo kunnen mensen die iets heftigs meemaken, last hebben van emotionele en lichamelijke reacties, waardoor ze geremd worden in hun dagelijks leven. Bijvoorbeeld slecht slapen, (voortdurend) angstig of onzeker zijn. Of juist snel geprikkeld raken en boos worden.

Waarom-vraag

Slachtoffers blijven vaak, ook als er een strafzaak is geweest, nog met allerlei vragen rondlopen. Hoe is het nou precies gebeurd? Waarom is mij dit overkomen? Wie is de dader? Waarom doet iemand zo iets? En wat als hij straks vrijkomt? Het zijn vragen die betrokkenen kunnen blijven achtervolgen. Ze zorgen voor voortdurende onrust, angst en woede, emoties die onbewust veel energie kunnen vragen. Slachtoffers voelen zich vaak onvoldoende gehoord of begrepen. Erkenning van hun leed, juist door degene die dat heeft veroorzaakt of hierin een belangrijk aandeel heeft gehad, is belangrijk.

Schuld, schaamte en spijt

Ook daders kunnen worstelen met de gevolgen van een delict. Als een dader zijn schuld ontkent of ontwijkt, de gevolgen bagatelliseert of vertekent, of simpelweg niet over het delict wil praten, kan het zijn dat hij juist met schuldgevoelens rondloopt. Die kunnen hem ernstig belemmeren zijn leven op een positieve manier weer op te pakken. Schaamte kan een verlammende emotie zijn en ervoor zorgen dat iemand juist niets doet, waardoor kans op recidive groot is. En met vrijlating in zicht kan ook een dader bang zijn om terug te keren in de samenleving.

Zonder het te willen, zitten slachtoffer en dader aan elkaar vast. Bemiddeling helpt deze knoop te ontrafelen en de ongewilde verbondenheid te verbreken.

Opluchting

Herstelbemiddeling biedt deelnemers de kans zelf bij te dragen aan herstel. Het slachtoffer neemt weer de regie terug en de dader draagt door zijn deelname bij aan het herstel van aangedaan leed. Hij neemt verantwoordelijkheid, krijgt meer inzicht in de gevolgen van wat hij heeft gedaan, kan schoon schip maken en creëert zo ruimte om in de toekomst andere keuzes te maken. Het is voor slachtoffers vaak ook een belangrijke reden om deel te nemen: dat wat hún is overkomen, een ander niet gebeurt. Na afloop zijn slachtoffers vaak minder bang en boos, en ervaren zij meer rust. Aan hun behoefte aan gerechtigheid is tegemoet gekomen en ze voelen zich weer veiliger.

Opluchting is vaak het gevoel dat beide partijen delen, ieder op een eigen manier.

ELS: "Ik wilde leven, niet overleven."

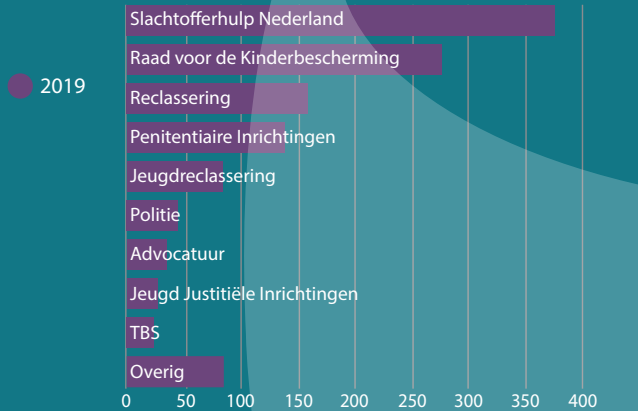


ATA:

"Ik wilde er alles aan doen om het goed te maken."

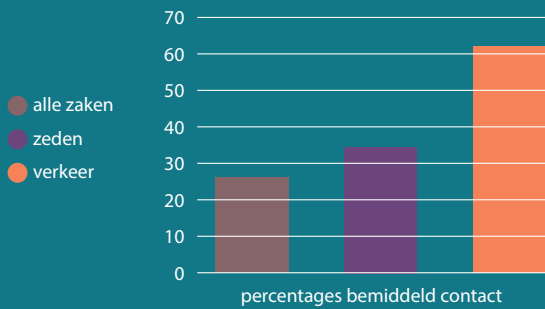
Herstellen doe je samen

Welke professionals melden aan?

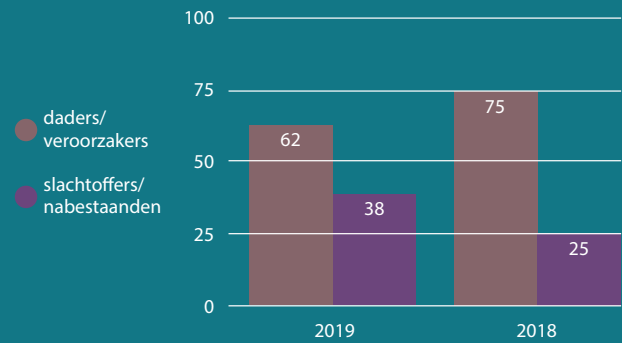


In 2019 ontvingen we 1547 aanmeldingen voor bemiddeling. 88% via professionals, 12% door betrokkenen zelf.

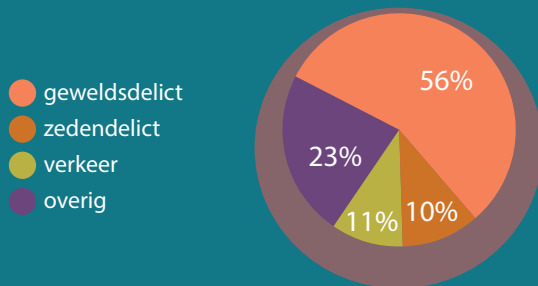
Hoe vaak leidt aanmelding tot contact tussen partijen?



Wie neemt het initiatief?



Na welke delicten wordt aangemeld?



In 2019 nam het aantal aanmeldingen bij zedenzaken met 40% toe

Hoe hebben deelnemers contact?

