



**Perspectief**  
herstelbemiddeling

# Verder na seksueel misbruik

Hoe herstelbemiddeling kan helpen

Na jaren therapie wil ze de dader laten weten welke impact de gebeurtenis op haar leven had. 16 jaar later gaat ze in gesprek met hem. "Uiteindelijk heb ik de dader in de ogen durven aankijken en heb ik hem een brief voorgelezen met wat de impact op mijn leven is geweest sindsdien. Wat een ontlading."

**Feline werd op haar zestiende slachtoffer van seksueel geweld**

"Ik heb haar direct mijn excuses aangeboden. Ik schaamde me enorm voor wat ik had gedaan. Na onze ontmoeting was ik zo opgelucht. Ik was bang dat ik haar leven had vernield. Maar het deed me goed te zien hoe sterk ze was. Na mijn straf hoop ik een nieuwe start te maken."

**John is schuldig aan de verkrachting van Sandra**

**Contact met de ander helpt**

**Ben je betrokken geweest bij (online) seksueel grensoverschrijdend gedrag, seksueel geweld of misbruik? Dan kan herstelbemiddeling helpen bij de verwerking. Regelmatig komt het voor dat betrokkenen elkaar kennen en ze op één of andere manier samen verder moeten. Een gesprek kan een (eerste) stap zijn op weg naar herstel. Ook wanneer betrokkenen elkaar niet kennen kan herstelbemiddeling bijdragen aan het verwerkingsproces.**

### **Hoe zou herstelbemiddeling kunnen helpen?**

Het is voor iedereen verschillend hoe herstelbemiddeling kan helpen. Vaak hebben deelnemers allerlei redenen om met elkaar in contact te komen, zoals het stellen van vragen of het tonen van medeleven. Slachtoffers kunnen vertellen wat het met hen heeft gedaan en wat de gevolgen zijn. Door bemiddeling kunnen plegers erkenning bieden. Zo kan herstelbemiddeling inzichten geven of rust brengen. Herstelbemiddeling kan helpen in het verwerkingsproces. Als men elkaar kent, kunnen ook afspraken worden gemaakt. Bijvoorbeeld over wat je doet als je elkaar tegenkomt en hoe je met elkaar wilt omgaan.

### **Hoe werkt herstelbemiddeling?**

Bij herstelbemiddeling kom je via een bemiddelaar van Perspectief in contact met elkaar. De bemiddelaar begeleidt het contact en bereidt dit goed voor met beide deelnemers. Het contact kan een gesprek zijn, maar ook een briefwisseling of pendelbemiddeling is mogelijk. Bij een pendelbemiddeling brengt de bemiddelaar vragen en reacties tussen beiden over en weer. Er is dan geen ontmoeting.

### **Wie kan zich aanmelden?**

Herstelbemiddeling kan op elk moment. Het maakt niet uit wanneer het seksueel grensoverschrijdend gedrag of misbruik heeft plaatsgevonden; kortgeleden of bijvoorbeeld jaren geleden. Herstelbemiddeling is ook mogelijk zonder aangifte. Deelname is voor iedereen vrijwillig. Ook als de bemiddeling is gestart, kan jij of de ander op elk moment aangeven te willen stoppen.

### **Hoe kun je je aanmelden?**

Je kunt je aanmelden voor een gesprek met een bemiddelaar via onze website: [www.perspectiefherstelbemiddeling.nl](http://www.perspectiefherstelbemiddeling.nl). Iemand anders kan jou ook aanmelden. Bijvoorbeeld een medewerker van een organisatie die jou na de gebeurtenis begeleidt. Na de aanmelding maakt een bemiddelaar een afspraak met je voor een intakegesprek. Ook als je nog twijfelt ben je van harte welkom om de mogelijkheden te bespreken. Pas daarna zoekt de bemiddelaar contact met de ander.

# “Ik wil over mijn angst heen komen door een ontmoeting.”

## Meer weten?

Op onze website [www.perspectiefherstelbemiddeling.nl](http://www.perspectiefherstelbemiddeling.nl) vind je meer informatie. Bijvoorbeeld ervaringen van mensen die met elkaar in gesprek gingen. Ook kun je vragen stellen aan een medewerker van Perspectief Herstelbemiddeling. We zijn bereikbaar op werkdagen via 030-2340045 of via: [info@perspectiefherstelbemiddeling.nl](mailto:info@perspectiefherstelbemiddeling.nl)

Perspectief Herstelbemiddeling gaat in haar werk vanuit dat mensen zelf kunnen bijdragen aan hun herstel. De stichting is in 2006 door het Ministerie van Justitie en Veiligheid aangewezen om slachtoffer-dader contact te begeleiden.

