



# Miranda:

## 'EINDELIJK KAN IK HET VERLEDEN ACHTER ME LATEN'

Als kind werd Miranda\* (25) misbruikt door haar opa. Nadat hij zijn straf had uitgezeten, wilde hij een gesprek met haar. Ze twijfelde enorm, maar stemde in. "Door de confrontatie met mijn opa weet ik hoe sterk ik ben."

"De dag waarop ik het telefoontje kreeg, was ik niets-vermoedend aan het werk. Het ging goed met me. Ik had een heel leuke baan als decaan in het onderwijs, was net verhuisd, had een fijn nieuw appartement en zat goed in mijn vel. De nachtmerries waren voorbij en ik was niet meer elke dag bezig met het verleden. Wel had ik nog steeds moeite met teruggaan naar het dorp waar ik ben opgegroeid en waar mijn ouders nog steeds wonen. Ook mijn opa woonde daar nog. Ook al was hij veroordeeld voor wat hij had gedaan en had hij een gevangenisstraf van twee jaar uitgezeten, toch was ik nog altijd bang om hem tegen te komen. Zodra ik het dorp in reed, was ik op mijn hoede. De supermarkt wilde ik niet in en alleen binnen bij mijn ouders voelde ik me op mijn gemak. Toen degene aan de andere kant van de lijn vertelde dat ze van 'herstelbemiddeling' was, legde ik gek genoeg niet eens meteen een link met mijn opa. Maar toen ik met mijn telefoon een rustigere plek opzocht, begreep ik dat het over hem ging. Hij wilde graag een gesprek met mij, om zijn excuses aan te bieden. Eerder had ik elke vorm van contact met mijn opa afgewezen. Na de rechtszaak had ik besloten dat ik hem nooit meer wilde zien.

Ik wilde niet dat alles weer naar boven zou komen, dat ik weer die angst zou voelen, terwijl ik mijn leven juist op de rit aan het krijgen was. Maar ergens voelde ik ook dat zo'n ontmoeting me misschien ook wat zou kunnen

### 'IK VOELDE WEL DAT IK HET NIET FIJN VOND. MAAR IK DACHT DAT HET ERBIJ HOORDE'

brengen. Dat dit het ontbrekende stuk zou kunnen zijn in mijn heling en ik hiermee het verleden definitief achter me zou kunnen laten."

### Twee gezichten

"Ik ben opgegroeid in Groningen, in een dorp waar iedereen elkaar kent. Mijn ouders komen er vandaan en een groot deel van mijn familie woont er. Mijn opa en oma woonden bij ons om de hoek en pasten regelmatig op. Mijn ouders werkten allebei en maakten dankbaar gebruik van de hulp van opa en oma. Ook logeerde ik bijna elke vrijdag bij ze. Ik keek daar altijd wel naar uit.

Mijn opa beheerde de zaal in het dorp waar het muziekkorps repeteerde en ik mocht dan vaak achter de bar helpen en naar de muziek luisteren. Opa was koster in de kerk en had aanzien in het dorp. Hij noemde mij altijd zijn 'lievelingskleinkind', daardoor voelde ik me speciaal. Maar hij was een man met twee gezichten. Overdag was hij een lieve en fijne opa, met wie ik een ijsje ging eten, die kwam kijken bij mijn muziekvoorstellingen en met wie we op familieweekend gingen. Zijn andere kant kreeg ik te zien als hij mij 's avonds naar bed bracht. Als ik hem de trap op hoorde komen, verstijfde ik al. De volgende ochtend was hij weer zijn 'normale' zelf en ebden mijn herinneringen aan de avond daarvoor weg. Van mijn zevende tot mijn veertiende heeft het misbruik plaatsgevonden. Al die jaren wist ik eigenlijk niet dat het niet oké was wat er gebeurde. Ik voelde natuurlijk wel dat ik het niet fijn vond als hij aan me zat, maar als je daarmee opgroeit, besef je niet dat dat niet normaal is. Ik dacht dat het erbij hoorde. Ik werd wel gewaarschuwd voor 'die enge man in de bosjes', maar niemand zegt dat mensen die dicht bij je staan, ook niet zomaar aan je mogen zitten. Pas toen mijn biologiedocent op de middelbare school hierover vertelde, drong tot me door dat wat mijn opa deed, niet klopte."

## Geen twijfel

"Eenmaal thuis ben ik op internet gaan speuren naar ervaringen van anderen. Ik schrok van de verhalen die ik tegenkwam: mensen werden niet geloofd, de politie deed er niks aan en het delen van dit soort ervaringen

---

**'Waar ik zo bang  
voor was, gebeurde  
niet: NIEMAND  
TWIJFELDE AAN  
MIJN VERHAAL'**

verscheurde vaak de hele familie. Dat wilde ik niet op mijn geweten hebben, dus toen, op mijn veertiende, besloot ik dat ik er nooit iemand over zou vertellen. Uiteindelijk heb ik dat, vlak voor mijn achttiende verjaardag, wel gedaan. Ik had toen een vriendje, mijn eerste serieuze verkering, en op een gegeven moment wilde hij wel wat verder gaan, qua intimiteit. Op zijn kamer heb ik hem toen verteld hoe het kwam dat ik daar zo bang voor was. Hij was de allereerste met wie ik over het misbruik sprak. 'Je moet dit aan je familie vertellen,' zei hij meteen. In een soort roes ben ik die middag naar huis gefietst en toen ik thuiskwam heb ik alles aan mijn ouders verteld. Mijn moeder zat beneden op de bank tv te kijken en mijn vader zat boven op zolder keyboard te spelen. Ik ben naar binnen gelopen en heb gezegd dat ik ze iets moest vertellen. Mijn moeder riep mijn vader en zei nog: 'Je bent toch niet zwanger?' Ik antwoordde: 'Ik denk dat dit nog veel erger is.' Toen ik vertelde dat opa mij jarenlang seksueel had misbruikt, trokken ze wit weg. Mijn vader werd meteen heel kwaad en verdrietig. 'Hoe heb ik jou niet kunnen beschermen?' vroeg hij zich af. Mijn moeder kon alleen maar huilen. Opa is haar vader. Achteraf gezien is het toen heel snel gegaan. Want waar ik al die jaren zo bang voor was geweest, gebeurde niet: niemand twijfelde aan mijn verhaal. Mijn ouders waren geschokt, maar geloofden me meteen. Samen hebben we vrij snel besloten om aangifte te doen bij de politie. Ook daar werd ik goed opgevangen en begeleid en zijn ze meteen een onderzoek gestart. Tijdens de verhoren heeft mijn opa bekend en toen de zaak rond was, heeft de politie die overgedragen aan het OM. Een jaar na mijn aangifte vond de rechtszaak plaats. Daar zag ik hem voor het eerst sinds de aangifte weer. Ik vond dat heel moeilijk. Toen hij binnen werd gebracht bekeek hij me van top tot teen en daarna durfde ik hem niet meer aan te kijken. In de rechtszaak heeft hij alles ontkend. Zelfs op het voorlezen van mijn slachtofferverklaring had hij 'geen commentaar'. Hij werd veroordeeld voor drie jaar gevangenisstraf, waarvan een jaar voorwaardelijk. De periode rondom de rechtszaak was ontzettend zwaar. Ik moest alles oprakelen en in die periode begonnen ook



de nachtmerries. Het was ook heel eenzaam, want hoewel mijn familie mij steunde, kon niemand echt begrijpen waar ik doorheen ging. Hoe het voelde dat iedereen in het dorp hier nu vanaf wist en dat sommige mensen aan mijn verhaal twijfelden. Mijn opa was bekend in het dorp en sommige mensen zeiden: 'Nou, dat doet zo'n man toch niet?' Ze konden zich niet voorstellen dat hij tot zoiets in staat was.

Toen ik, na de rechtszaak, met mijn studie social work begon, wist ik dat ik iets met mijn ervaringen wilde doen. Dat ik andere slachtoffers van misbruik wilde bieden wat ik zelf had gemist. Zoals het delen van positieve ervaringen, die het makkelijker maken om eerder je verhaal te doen. En het ontmoeten van lotgenoten, zodat je voelt dat je niet alleen bent. Een docent stimuleerde me om

een stichting op te zetten die slachtoffers van seksueel misbruik ondersteunt en dat ben ik gaan doen. Dit jaar bestaat *No need to hide* vijf jaar en ik ben supertrots op wat we tot nu toe hebben bereikt. We werken nu vooral in Noord-Nederland, maar ik droom ervan om landelijk actief te zijn."

## Slapeloze nachten

"Tot ik een jaar geleden dat telefoontje kreeg, was mijn blik dus vooral op de toekomst gericht. En ineens had ik weer slapeloze nachten. Mijn familie vond dat ik niet met hem in gesprek moest gaan. Iedereen, behalve mijn oma, had het contact met mijn opa verbroken en niemand gunde hem dit. Dat mijn oma hem bleef steunen was ook moeilijk en onbegrijpelijk voor ons. Ik heb me vaak afgevraagd waarom zij niet voor haar kinderen en kleinkinderen koos. Ik weet nog dat mijn eerste gedachte was: hij moet niet denken dat ik het goed ga maken. Maar aan de andere kant zat ik ook met vragen die maar in mijn hoofd bleven rondspoken. Of ik de enige ben geweest, bijvoorbeeld. En waarom hij tijdens het politieverhoor bekende wat hij had gedaan, maar in de rechtszaal alles ontkende. Uiteindelijk heb ik een aantal fijne gesprekken gehad met Perspectief Herstelbemiddeling, de instantie die het gesprek zou begeleiden. Daarin werd duidelijk dat ik de regie in handen zou hebben. Zo mocht ik de locatie bepalen en de voorwaarden stellen. Ook was het helder dat het doel

## 'DAT MIJN OMA HEM BLEEF STEUNEN WAS MOEILIK EN ONBEGRIJPELIJK VOOR ONS'

van het gesprek geen verzoening hoefde te zijn, maar dat hij zijn excuses kon maken en ik mijn vragen kon stellen. Uiteindelijk besloot ik het te doen en gelukkig steunde mijn familie me hierin.

De nacht voor het gesprek plaatsvond, logeerde ik bij mijn ouders. Dat zorgde voor wat afleiding, want hoe dichterbij ik de ontmoeting kwam, hoe spannender ik

het vond. Ik was vooral bang voor zijn blik. Mijn opa kon mij altijd heel intens aankijken en dan voelde het alsof hij me met zijn ogen uitkleedde. De ontmoeting zou plaatsvinden op het kantoor van Slachtofferhulp, waar ik ook na mijn aangifte heel fijn ben begeleid. We hadden afgesproken dat ik er wat eerder zou zijn, zodat ik mijn opa en oma niet per ongeluk zou tegenkomen op de parkeerplaats of in de lift. Toen ik te horen kreeg dat zij waren aangekomen, bonkte mijn hart in mijn keel."

## Berouw

"Het eerste wat me opviel toen ze de kamer binnenkwamen, was hoe oud ze waren geworden. Ik zag twee fragiele, gebroken mensen en dacht meteen: ben ik hier nou zo bang voor geweest? Ook mijn opa's indringende blik was nergens te bespeuren. Ik heb afgesproken dat ik niet in details zou treden over de inhoud van het gesprek, maar wat ik wel kan vertellen is dat mijn opa begon met praten. Dat was fijn, want het eerste halfuur voelde het alsof mijn keel dichtzat van de spanning. Hij bood zijn excuses aan voor wat hij heeft gedaan. Hij vertelde hoe

## 'IK ZAG TWEE FRAGIELE, GEBROKEN MENSEN EN DACHT: BEN IK HIER NOU ZO BANG VOOR GEWEEST?'

erg hij het vond en dat hij beter had moeten weten. Ik vond het fijn te merken dat hij berouw had en zich schaamde. Ik kreeg het idee dat de verplichte psychologische behandelingen die hij heeft ondergaan, effect hebben gehad. Met mijn oma was het anders. Zij nam een slachtofferrol aan en wilde vooral vertellen hoe erg het voor haar was dat haar leven kapot was en dat we dit toch ook binnen de familie hadden kunnen oplossen. Dat maakte me boos, maar gelukkig ben ik het hele gesprek rustig gebleven. Ook heb ik mijn vragen kunnen stellen en daar antwoord op gekregen. Het belangrijkste voor mij was misschien wel dat mijn opa aan mij heeft toegegeven dat mijn verhaal klopt en dat ik niet heb gelogen.

Het is nu een jaar geleden dat deze ontmoeting heeft plaatsgevonden en sindsdien is er van alles veranderd. Eigenlijk realiseer ik me sinds het gesprek pas hoeveel last ik, onbewust, nog had van wat er is gebeurd. Ik dacht dat ik alles een plek had gegeven, maar nu zie ik dat dat niet zo was. Zo slaap ik sinds ik de confrontatie met mijn opa ben aangegaan veel beter. Ik had altijd moeite met inslapen, dan lag ik te piekeren en maakte ik me zorgen, bijvoorbeeld over hoe hij gewoon weer terug zou kunnen vallen in zijn oude patroon, nadat hij zijn straf had uitgezeten. Nu denk ik wel te kunnen zeggen dat dat niet zo is. Ik geloof dat hij dit nooit meer zal doen en dat geeft een hoop rust. Door het gesprek heb ik ook meer inzicht gekregen, in hem, in waar zijn gedrag vandaan kwam, en hoe het toch ook een soort 'ziekte' is. Ik heb ook aan mijn opa en oma aangegeven hoe ik het wil vanaf nu. Dat als we elkaar tegenkomen, ik kan bepalen of we wel of niet groeten. En dat zij mij niet aanspreken, maar ik hen, mocht ik dat willen. Dat voelt goed. Het voelt alsof ik weer enigszins de controle terug heb.

Laatst bleef ik eten bij mijn ouders en was de mayonaise op. Mijn moeder zei dat ze even naar de winkel ging om nieuwe te halen. 'Nee joh, ik doe het wel,' reageerde ik. En ik liep zonder er verder over na te denken naar de dorpswinkel. Toen ik terugkwam, vertelden mijn ouders hoe verbaasd ze waren toen ik aanbod om de boodschap te doen, want eerder durfde ik nooit alleen door het dorp te lopen. Dat was een kleine mijlpaal. En daar zijn er nog veel meer van. Afgelopen zomer heb ik mijn huidige vriend ontmoet, met wie ik superblij ben. Wel merkte ik weer hoe spannend ik het vind om iemand te vertrouwen. Doordat ik heb ervaren dat zelfs mensen die heel dicht bij je staan je vertrouwen kunnen misbruiken, is er wel iets beschadigd. Maar ook dat kan helen, dat geloof ik echt. Door het aangaan van de confrontatie met mijn opa heb ik gevoeld hoe sterk ik ben. En voel ik dat ik alles aankan." ■

\* Achternaam bekend bij de redactie.

---

'Mijn oma nam een  
slachtofferrol aan en  
wilde vooral vertellen  
**HOE ERG HET  
VOOR HAAR WAS  
GEWEEST**'

