

Opmaak artikel Haagsblauw, Den Haag

Samenvatting

Het stereotype beeld van seksueel geweld dat onder velen in de samenleving heerst is: de vrouw is slachtoffer en de man is dader. Door onderzoeken die in Nederland zijn uitgevoerd is beter zichtbaar geworden dat ook jongens en mannen regelmatig slachtoffer worden van seksueel misbruik. In 2017 lieten mannen onder de hashtag #Mentoo van zich horen. Ze vertelden dat ook zij waren misbruikt; niet alleen door andere mannen, maar ook door vrouwen. Het wordt steeds duidelijker dat vrouwen net zo goed in staat zijn tot aanranding en verkrachting als mannen. Ondanks deze ontwikkelingen blijft de kennis achter over hoe vaak seksueel geweld van jongens en mannen plaats vindt, wie de daders zijn, wat de (psychologische) gevolgen zijn, en wat de beste mogelijkheden zijn voor behandeling, alsook aandachtspunten in de behandeling. Dit artikel bundelt actuele kennis uit de beschikbare wetenschappelijke literatuur over deze doelgroep. Specifiek wordt stil gestaan bij seksueel geweld van mannen door vrouwelijke daders.

Leerdoelen

Na het bestuderen van dit artikel weet u:

- > hoe vaak seksueel geweld voorkomt bij mannen;
- > wat de psychische gevolgen zijn van seksueel geweld van mannen;
- > wat de problemen zijn bij het herkennen van seksueel geweld bij mannen;
- > wat de problemen zijn bij het onthullen van seksueel geweld bij mannen;
- > hoe vaak de dader een vrouw is;
- > wat forced penetration en lucky boy syndrome betekent;
- > wat effectieve behandelingen zijn na seksueel geweld bij mannen, en welke voorlichtingsthema's daarin aandacht behoeven.

Trefwoorden

seksueel geweld, mannen, forced penetration, schaamte, bevriezing, #metoo

Iva Bicanic, Agnes van Minnen

Iva (I.) Bicanic, dr. Klinisch psycholoog/psychotherapeut. Hoofd Landelijk Psychotraumacentrum UMC Utrecht en landelijk coördinator Centrum Seksueel Geweld.

Agnes (A.) van Minnen, prof dr. Klinisch psycholoog/psychotherapeut. Directielid bij PSYTREC, Bilthoven; Radboud Universiteit.

Jongens en mannen als slachtoffer van seksueel geweld

Casus

Theo is een jonge man van 23 jaar, en hij werkt in de bouw. Mooie meisjes nafluiten past bij zijn imago als stoere man. Eenmaal thuis komen de muren echter op hem af. Hij voelt zich gespannen, is snel geïrriteerd en gaat het contact met zijn vriendin, met wie hij een LAT-relatie heeft, uit de weg. Hij probeert vooral niet teveel na te denken over zijn problemen, en gamet daardoor voortdurend. De oorzaak van zijn klachten noemt hij zelf 'relatieproblemen'. Zijn vriendin is nogal impulsief en explosief, en de laatste keren heeft ze hem min of meer overgehaald om seks met haar te hebben. Het begon met een onschuldige vrijpartij, maar gaandeweg nam ze steeds meer initiatief, en werd daarbij ook hardhandig. Theo vond dat onprettig en gaf dat ook wel aan, maar zijn vriendin zei dan: 'ik voel dat je het prettig vind, schatje, lieg maar niet'. Ze dwong hem in een liggende houding en ging bovenop hem zitten. Ze perste zijn penis in haar vagina, waarna ze wild ging bewegen. Ook stak ze –tegen zijn wil- een vinger in zijn anus, wat Theo helemaal onprettig en pijnlijk vond, maar waardoor hij wel klaarkwam. Achteraf baalde Theo van zichzelf. Wie laat zich nou zo 'nemen' door een vrouw? En wat betekende zijn erectie eigenlijk, vond hij het stiekem wel prettig? En waarom kwam hij klaar als zij zijn anus beroerde?

Was hij misschien biseksueel? Hij piekerde erover, en zag steeds vaker op tegen de afspraken met zijn vriendin. Hij had herbelevingen aan deze situaties, en soms had hij angstige dromen. Hij kon het aan niemand vertellen; zijn vrienden zouden hem uitlechten, en een psycholoog zou hem vast niet geloven, hij was immers klaargekomen. Toen Theo bij de huisarts enigszins vaag relatieproblemen noemde als stressor, vroeg zijn huisarts expliciet naar eventueel seksueel misbruik, en aarzelend heeft Theo toen wat losgelaten. Theo voelde zich enorm opgelucht toen de huisarts er heel 'normaal' over deed en zijn problemen serieus nam. Hij werd doorverwezen voor psychologische behandeling en knapte op van een kortdurende traumabehandeling. Daarna had hij geen herbelevingen meer, ging hij het onderwerp niet meer uit de weg, en was hij minder geprikkeld. Het lukte hem daarna ook de relatie met zijn vriendin verbreken.

Frequentie

Uit Nederlands onderzoek van Rutgers (De Graaf & Wijsen, 2017) blijkt dat in de leeftijdscategorie 15-25 jaar, 20% van de meisjes en 5% van de jongens aangeeft weleens tegen hun zin oraal of anaal seksueel contact of geslachtsgemeenschap te hebben gehad. In de leeftijdsgroep 15 tot 70 jaar geeft 12% van de vrouwen en 3% van de mannen aan ooit een verkrachting te hebben meegemaakt. Onder homo- en biseksuele mannen komt seksueel geweld vaker voor dan onder heteroseksuele mannen (De Graaf & Wijsen, 2017). Wat veel mensen niet weten is dat ook jongens slachtoffer kunnen worden van zogenaamde 'loverboys' of geronseld worden voor de prostitutie en mensenhandel. Al met al geven deze cijfers aan dat seksueel misbruik onder jongens en mannen regelmatig voorkomt, vaker dan doorgaans gedacht wordt.

Geen onthulling

Het is echter een onderbelicht probleem. Jongens en mannen vertellen minder vaak over hun ervaring(en) met seksueel misbruik dan vrouwen (O'Leary & Barber, 2008). Velen houden het stil, net als Theo. Zo is bij mannelijke slachtoffers de periode tussen het seksueel misbruik en het vertellen hierover langer dan bij vrouwen, en het merendeel van de mannen begint pas met vertellen in de volwassenheid. Uit de literatuur komen verschillende factoren naar voren die de drempels voor mannen ten



aanzien van disclosure - onthulling- kunnen verklaren. Sommigen van deze factoren houden verband met wat in de literatuur het mannelijke socialisatieproces wordt genoemd. Dit houdt in dat mannen geen slachtoffer mogen zijn, want slachtoffers worden beschouwd als zwak (Dorahy & Clearwater, 2012; O'Leary & Barber, 2008). Onder mannelijke slachtoffer heerst een groot gevoel van schaamte om zowel het misbruik als het slachtofferschap. Dit hangt ook samen met stigmatisering. Mannen zijn bang voor de stigmatisering die een onthulling met zich mee zou kunnen brengen. Hardnekkige mythes in onze maatschappij zoals "echte mannen worden niet verkracht" helpen daar niet in mee. Er kan bij mannen ook verwarring zijn over de seksuele identiteit; er is de angst dat hijzelf of anderen hem zullen zien als homoseksueel of pedoseksueel, of de angst om zelf dader te worden (Dorahy & Clearwater, 2012). Er is weinig evidentie voor deze veronderstellingen, maar deze angsten kunnen mannen wel weerhouden om het seksueel misbruik te onthullen.

Kortom, er zijn verschillende factoren die in complexe samenhang bepalen of iemand wel of niet tot een onthulling komt over ervaringen met seksueel misbruik. Feit is, dat het 'man-zijn' jongens en mannen belemmert in het openlijk vertellen over hun ervaring. Seksueel misbruik is anno 2018 nog steeds omgeven door taboe, en de stigmatisering van jongens en mannen die seksueel misbruikt zijn problematiseert het bereiken van deze doelgroep verder. Schuld en schaamte spelen daarbij een grote rol.

Actief vragen

Er wordt bij jongens en mannen dus niet zo snel gedacht dat ook zij te maken kunnen hebben met seksueel geweld. En als ze het hebben meegemaakt zullen ze dat niet snel zelf vertellen. Om die redenen is het van groot belang dat hulpverleners actief vragen naar eventuele seksueel misbruikervaringen bij mannen die zich melden met psychische klachten. Uit onderzoek komt naar voren dat professionals hun patiënten vaak niet vragen naar een geschiedenis van misbruik in de kinderleeftijd (Lab, Feigenbaum & De Silva, 2000), of als volwassene. Wanneer ze dit wel doen, doen ze die lang niet altijd op de beste manier. Ook geven de meeste professionals aan dat ze niet weten hoe mannelijke slachtoffers behandeld moeten worden.

De vrouw als dader

Bij mannelijke slachtoffers zien we meestal een beeld voor ons waarin deze mannelijke slachtoffers gepenetreerd worden door andere mannen, oraal of anaal bijvoorbeeld. Vrouwen worden dikwijls als onschuldig gezien in de context van seksueel geweld. Maar mannen worden ook misbruikt door vrouwen; in ongeveer 7% van de gevallen van kindermisbruik is de dader een vrouw (Cortini, Babchishin, & Rat, 2017), en een vrouw is vaker een dader als het mannelijke slachtoffer boven de 16 jaar is.

Hoe vaak komen we misbruik van mannen door vrouwen tegen in de spreekkamer? Psychotherapeut Lucia Rademaker interviewde 105 collega's over hun ideeën over en ervaringen met vrouwen als misbruikers. Wat bleek? Er zijn meer mannelijke plegers van allerlei seksuele delicten, maar als het slachtoffer een man is (ouder dan zestien jaar), dan is de pleger in 79% van de gevallen een vrouw (Rademaker, 2014). Dat bleek ook uit de interviews: maar liefst vijftwintig psychotherapeuten hadden in hun carrière meer dan tien slachtoffers van vrouwelijke daders in therapie gehad. Op jongens die door een vrouw worden misbruikt heerst zo mogelijk een nog groter taboe dan misbruik door een man.

Hoe kan een vrouw een man verkrachten? Meestal wordt bij seksueel geweld gedacht aan een slachtoffer dat tegen de wil in wordt gepenetreerd. Minder bekend is dat sommige vrouwen mannen dwingen om hen te penetreren.

Forced penetration, gedwongen penetratie- wordt dat in de literatuur genoemd. Degene die penetreert is nu niet de dader, maar het slachtoffer. Om dit mogelijk te maken is een erectie nodig. Zoals hierboven vermeldt, kunnen mannen net als vrouwen ook een genitale respons vertonen of klaarkomen, zonder dat ze er seksueel plezier aan beleven. De vrouw als dader is fysiek niet sterker maar kan verbaal geweld gebruiken door te smeken, dreigen, zeuren, of de man chanteren. Macht hoeft dus niet per se fysiek te zijn.

Het aantal mannen dat werkelijk seksueel misbruikt wordt door vrouwen is niet bekend. De cijfers zijn ook afhankelijk van wat en hoe je precies seksueel geweld definieert. Als aan mannen wordt gevraagd of ze seksueel geweld hebben meegemaakt, denken zijzelf wellicht ook alleen aan situaties waarin een dader hen penetreert, wat resulteert in (relatief) lage cijfers. Wordt er echter concreter gevraagd naar situaties waarin de man zelf tegen zijn zin in een vrouw penetreert, en de vrouw ook andere machtsmiddelen gebruikt dan fysiek geweld, dan stijgen de cijfers aanzienlijk. Ter illustratie: in een studie die deze brede definitie hanteerde gaf 43% van de mannelijke scholieren en studenten aan een gedwongen penetratie te hebben meegemaakt (French, Tilghman, & Malebranche, 2015).

Onbekendheid maar ook onderrapportage spelen bij deze vorm van seksueel geweld waarschijnlijk een belangrijke rol, dus het werkelijke aantal is vermoedelijk nog hoger. Mannen schamen zich vaak voor (deze vorm van) seksueel geweld, waarbij het zogenaamde 'lucky boy' fenomeen een rol speelt: lacherig wordt dan gesproken over deze mannen (ook door professionals) dat ze toch blij moeten zijn met de situatie.

Gedwongen penetratie in de wet

Het idee dat mannen altijd in zijn voor seks, maakt dat dit blijkbaar wordt geaccepteerd en dat mannen die dit meemaken onzichtbaar blijven. Slechts 4 procent van de mannelijke slachtoffers doet aangifte (De Graaf & Wijsen, 2017). Gek genoeg wordt een vrouw die een man tot penetratie dwingt volgens de Nederlandse wet minder zwaar gestraft dan een man die een vrouw verkracht. Gedwongen penetratie kan onder de huidige Nederlandse strafwetgeving niet worden gekwalificeerd als verkrachting,



maar wordt als aanranding (artikel 246 Sr) bestraft. Het is op zijn minst vreemd te noemen dat een vader die zijn dochter verkracht maximaal 16 jaar kan krijgen, terwijl een moeder die haar zoon dwingt tot seks maximaal 10,6 jaar gevangenisstraf krijgt. 'Is het werkelijk minder ernstig als je gedwongen wordt tegen je zin bij een vrouw – je moeder – binnen te dringen?'

Het blijkt dat vooral de term 'ondergaan' problematisch is bij de kwalificatie van gedwongen penetratie als verkrachting (Prins & Hondema, 2017). De wetgever is recent geadviseerd om een aanpassing te maken door er 'of verrichten' aan toe te voegen waardoor het wel mogelijk wordt om gedwongen penetratie als verkrachting te kwalificeren. Met die suggestie is niets gebeurd, de huidige ongelijkheid is nog steeds niet recht getrokken. Het veranderen van de wet zou niet alleen een stereotype beeld van de grote, boze man die zijn agressie botviert op de onschuldige vrouw kunnen bijstellen, maar ook van

symbolische waarde kunnen zijn door schaamte bij mannelijke slachtoffers weg te nemen en daarmee de weg naar hulpverlening te openen (Prins & Hondema, 2017).

Gevolgen van seksueel geweld bij mannen

Opvallend genoeg worden de gevolgen voor mannen die seksueel geweld hebben meegemaakt over het algemeen onderschat. Ter illustratie: in een recente studie (Studzinska & Hilton, 2017) werd aan 'gewone' mensen gevraagd vignetten te beoordelen. De situaties in die vignetten waren identiek (een stagiaire die door hun baas tot seks werd gedwongen), alleen in het ene vignet was de stagiaire een man en de dader een vrouw, en in de andere was het slachtoffer een vrouw en de dader een man. De vraag was: hoeveel leed veroorzaakt dit seksueel geweld bij het slachtoffer in termen van depressie, angst en

somatische klachten? Men oordeelde dat vrouwen meer last hadden van het seksueel geweld dan mannen. Kortom: als het seksueel geweld al onthuld wordt door mannen, wordt ten onrechte aangenomen dat ze er dan minder last van hebben dan vrouwen.

Dit is onterecht, want de negatieve gevolgen van seksueel geweld bij mannen lijken sterk op die van vrouwen: angst, depressie, seksuele problemen, alcohol- en drugsgebruik, schuld- en schaamtegevoelens en revictimisatie. Bijna de helft van de mannen (47%) en meer dan de helft (56%) van de vrouwen die seksueel geweld hebben meegemaakt, heeft naar eigen zeggen klachten of problemen als gevolg hiervan (De Graaf & Wijsen, 2017). Mannen hebben dus minstens evenveel last van seksueel geweld, het gaat hierbij vooral om psychische klachten en om seksuele en relationele problemen. Als het psychische klachten betreft, komt de diagnose Post Traumatische Stress Stoornis (PTSS) als gevolg van seksueel misbruik ook onder jongens en mannen frequent voor (Kessler, 1995). Kortom, mannen ondervinden net als vrouwen, veel schadelijke gevolgen van seksueel misbruik, en het is belangrijk daarnaar te vragen, en vervolgens –indien nodig- behandeling in te zetten.

Behandeling van PTSS

In de hulpverlening zijn mannelijke slachtoffers van seksueel geweld een minderheid, slechts 1 op de 5 zoekt hulp (De Graaf & Wijsen, 2017) en dit kan goed worden verklaard vanuit de hierboven beschreven onderbelichting van het probleem door hulpverleners, en de schaamte die slachtoffers kunnen voelen om het probleem aan te kaarten. In 2017 bestond slechts 8 procent van de slachtoffers die zich bij het Centrum Seksueel Geweld meldden uit jongens en mannen (www.centrumseksueelgeweld.nl). Voor mannelijke migrantengroepen is de weg naar de hulpverlening zo mogelijk nog moeizamer.

De belangrijkste richtlijnbehandelmethode voor PTSS, de cognitieve gedragstherapie en EMDR, zijn net zo effectief bevonden bij mannen als bij vrouwen. Net als bij vrouwen is een belangrijk onderdeel van traumabehandeling voor jongens en mannen psycho-educatie over de fysiologische respons tijdens het misbruik. In het geval van jongens of mannen gaat het dan om het krijgen van een erectie of

ejaculatie tijdens seksueel geweld. Dit betreft de genitale respons, die bij 1 op de 5 slachtoffers voorkomt: als je lichaam wordt aangeraakt en seksueel geprikkeld wordt, maar ook door activatie van het biologische stress-respons-systeem kunnen mannen en jongens een erectie en ejaculatie krijgen zonder dat dat iets zegt over het plezier, genot of toestemming. Ook anale stimulatie leidt vaak, door stimulatie van zenuwcellen ‘automatisch’ en reflexmatig tot ejaculatie. Plegers maken vaak misbruik van deze genitale respons en de verwarring die daardoor ontstaat bij slachtoffers: “zie je wel, je vindt het zelf ook leuk”. Het is niet verwonderlijk dat de helft van de mannelijke slachtoffers later twijfelt over hun seksuele identiteit (Walker, Archer, & Davies, 2005). Het is dan ook belangrijk uit te leggen dat deze automatische reactie van het lichaam niet betekent dat ze het zelf graag wilden of lekker vonden, en dat er geen reden is voor schaamte.

Een ander belangrijk thema dat in de voorlichting aan bod moet komen is verlammen of bevriezen van angst. Ook mannen vertonen, net als vrouwen, soms een bevroeringsreactie in reactie op teveel stress of angst, reacties die vaak bij seksueel geweld voorkomen. In de documentaire *Frozen kids* van Cees Franke worden diverse mannen gedocumenteerd die vertellen over hun reacties tijdens seksueel geweld, en hoe zij daarmee worstelden. Voor mannen is die bevroeringsreactie extra beladen, aangezien zij denken dat ze, omdat ze ‘van het sterke geslacht’ zijn, juist hadden moeten vechten of zich hadden moeten verzetten.

Daarom is het –net als tijdens screening- van belang om de ‘lastige’ thema’s tijdens de behandeling zélf actief te (blijven) bevragen bij de patiënt, en niet te wachten tot de patiënt het zelf aandraagt. Vanwege de schaamte die mannen hebben met onthullen en de hulpverlening die niet altijd adequaat de problematiek inschat, zou (anonieme) e-health een belangrijke rol kunnen spelen bij de behandeling van de gevolgen van seksueel geweld van mannen.

Samengevat kan bij mannen na seksueel geweld dezelfde psychologische behandeling worden ingezet als bij vrouwen wanneer sprake is van PTSS, namelijk Cognitieve Gedragstherapie of EMDR. Bepaalde thema’s zijn tijdens de behandeling van belang om actief aan te kaarten: fysiologische reacties en bevroeringsreacties. Behandeling van de gevolgen van seksueel misbruik is belangrijk,

onder meer omdat het herhaling van trauma – zgn. revictimisatie - kan voorkomen. Bijna een kwart (24%) van de mannen die seksueel geweld hebben meegemaakt, hebben dit later nog een keer meegemaakt, ongeacht of dit dezelfde of een andere pleger was (De Graaf & Wijsen, 2017). Bij 12% van deze mannen was de dader een ander dan de eerste keer. Er zijn aanwijzingen uit onderzoek dat symptomen die horen bij PTSS, onder andere *emotional numbness*, een mediërende rol spelen bij revictimisatie, wat het belang van het inzetten van traumabehandeling bij jongens en mannen extra onderstreept.

Referenties

1. Cortoni, F., Babchishin, K. M., & Rat, C. (2017). The proportion of sexual offenders who are female is higher than thought: A meta-analysis. *Criminal Justice and Behavior*, 44(2), 145-162.
2. De Graaf, H. & Wijsen, C. (2017). *Seksuele gezondheid in Nederland 2017*. Delft: Uitgeverij Eburon.
3. Dorahy, M.J., & Clearwater, K. (2012). Shame and guilt in men exposed to childhood sexual abuse: A qualitative investigation. *Journal of Child Sexual Abuse*, 21, 155-175.
4. French, B. H., Tilghman, J. D., & Malebranche, D. A. (2015). Sexual coercion context and psychosocial correlates among diverse males. *Psychology of Men & Masculinity*, 16(1), 42.
5. Kessler, R. C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M., & Nelson, C. B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry*, 52(12), 1048-1060.
6. Lab, D.D., Feigenbaum, J.D. & De Silva, P. (2000). Mental health professionals' attitudes and practices towards male childhood sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, 24(3), 391-409.
7. O'Leary, P. J., & Barber, J. (2008). Gender differences in silencing following childhood sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse: Research, Treatment, & Program Innovations for Victims, Survivors, & Offenders*, 17(2), 133-143
8. Prins, M., & Hondema, M. (2017). *Gedwongen penetratie: verkrachting of aanranding?* Wolters Kluwer Nederland B.V.
9. Rademaker, L. (2014). *Schoppenvrouw aangekaart: de vrouwelijke dader van seksueel misbruik en haar slachtoffer(s)*. Bachelorscriptie Hogeschool NCOI.
10. Studzinska, A. M., & Hilton, D. (2017). Minimization of male suffering: Social perception of victims and perpetrators of opposite-sex sexual coercion. *Sexuality Research and Social Policy*, 14(1), 87-99.
11. Walker, J., Archer, J., & Davies, M. (2005). Effects of male rape on psychological functioning. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(3), 445-451.

PsyXpert.
Praktijkgerichte nascholing
over Psychotherapie

www.psyxpert.nl