

# ‘Praat eerst met mij!’



## Lucas, 22 jaar

Op zijn 13de komt Lucas erachter dat hij homoseksueel is. In zijn streng christelijke opvoeding heeft hij geleerd dat dit niet kan, het is een ziekte, iets van de duivel. Met deze opvatting en op advies (en lichte dwang) van zijn omgeving volgt hij therapieën om hiervan af te komen.

‘Ik schrok heel erg toen ik op mijn dertiende ontdekte dat ik gevoelens had voor een jongen. Ik had altijd geleerd dat homoseksualiteit een ziekte is en dat het van de duivel komt. En nu overkwam het mij! Ik schaamde me heel erg en ik besloot het aan niemand te vertellen, in de hoop dat mijn gevoelens snel weg zouden gaan. Maar dat gebeurde niet. Ondertussen ging het steeds slechter met me. Ik voelde me bang, eenzaam en schuldig, en begon steeds minder te eten.

Twee jaar later zat ik met mijn ouders bij de huisarts. Zij maakten zich zorgen omdat mijn gezondheid de laatste tijd hard achteruit was gegaan. Ze snapten niet wat er aan de hand was. De huisarts stelde al snel vast dat ik een eetstoornis had, anorexia. Hij stuurde me door naar een instelling waar ik twee keer per week therapie kreeg. Daar durfde ik eindelijk iemand in vertrouwen te nemen over mijn homoseksuele gevoelens. Mijn psycholoog kwam namelijk niet uit ons dorp, was niet kerkelijk en kende dus ook niemand uit mijn omgeving. Het was fijn om mijn geheim met hem te kunnen delen, maar ik merkte dat hij er niet echt over doorvroeg. Hij was vooral bezig met hoe ik weer op een gezond gewicht kon komen. Over mijn homoseksualiteit zei hij dat het vooral een kwestie van wennen zou zijn, ook voor mijn ouders. Ik moest het ze maar gewoon vertellen, dan kwam het vast wel goed. Hij leek niet echt te begrijpen hoe gevoelig dit onderwerp in mijn omgeving lag.

Op mijn zestiende werd ik verliefd op een jongen van school. Weer hoopte ik dat de gevoelens snel weg zouden gaan, maar ook nu gebeurde dat niet. Tijdens een clubavond in de kerk vertelde ik erover aan een jeugdleader met wie ik een goede band had. Ik hoopte dat hij begripvol zou reageren, maar hij herhaalde wat ik in mijn jeugd al zo vaak gehoord had: dat

God mensen niet homoseksueel geschapen heeft, maar dat het een manier is waarop de duivel tussen mensen en God probeert te komen. Ik zou er wel weer vanaf kunnen komen, zei hij. En hij overtuigde me om het aan mijn ouders te vertellen.

Mijn ouders schrokken zich kapot toen ik het vertelde. Ze begonnen meteen over genezingstherapie.

En over de kerk, want wat zouden de mensen daar wel niet denken? Mijn vader was voorganger in onze kerk, dus dat maakte de situatie extra ingewikkeld. Ook veel van mijn vrienden reageerden afwijzend. Sommigen negeerden me als ze me zagen. Dat gold niet voor mijn goede vriend Daniël, hij reageerde juist heel fijn. Hij was er voor me wanneer ik iemand nodig had om mee te praten en accepteerde me zoals ik ben. Maar van zijn ouders mocht hij niet meer met mij omgaan. Zij waren bang dat hij ook door zo’n fase zou gaan, vertelde hij me.

Uiteindelijk heb ik bijna een jaar genezingstherapie gevolgd. Ik had 1-op-1 gesprekken met een psycholoog die bekend was binnen de gemeenschap. Dat deed ik omdat mijn ouders dat wilden, maar ook omdat ik zelf geloofde dat ik ziek was en genezen moest worden. Ik moest nadenken over de zonden die ik had begaan, want daardoor was ik nu bezeten door

## Portretten schadelijke praktijken

Vijf jongvolwassen slachtoffers delen hun verhaal. Naast hun verhalen vind je steeds praktische tips over hoe te handelen als je hier als professional mee te maken krijgt. Vermoed je schadelijke praktijken? Jij kunt het verschil maken! Ga het gesprek aan, durf te vragen en vergroot de kans op vroegtijdige signalering.



### Tips

- Kijk verder dan het voorliggende probleem. Wat speelt er nog meer in het leven van de jongere?
- Luister oprecht en vraag door, ook als je zelf nog niet het ‘probleem’ ervan in ziet.



### Tip

- Het is belangrijk om je eigen heilige huisjes even buiten beschouwing te laten als je iemand écht wilt helpen. Wees je ervan bewust dat ieder zijn/haar eigen referentiekader meeneemt in contact met anderen.

**‘Ik geloofde dat ik ziek was en genezen moest worden. Ik moest nadenken over de zonden die ik had begaan’**

een demon. Die leidde me van het juiste pad, dus ik moest vergeving vragen voor mijn zonden. Ik ging trouw naar de therapie sessies, maar ik merkte geen verandering. Mijn gevoelens bleven. Van mijn ouders en andere mensen uit mijn omgeving kreeg ik daar zelf de schuld van. 'Volgens mij wil je helemaal niet genezen worden' zeiden ze dan. Ik vond het moeilijk dat de therapie niet hielp, want ik geloofde zelf ook dat homoseksualiteit genezen kon worden. Waarom gebeurde dat dan niet bij mij? Ik kon thuis en op school niet mezelf zijn, maar het voelde ook niet goed om te zijn en te doen zoals iedereen van mij verwachtte. Het zorgde ervoor dat ik depressief werd.

Ik zat inmiddels in klas vijf van het vwo op mijn streng christelijke middelbare school. Na een wiskundeles vroeg de docent me of ik even wilde blijven. Hij had wel vaker een praatje met me gemaakt de laatste tijd, maar deze keer nam hij er echt de tijd voor. 'Ik vind je de laatste tijd wat stil en somber' zei hij, 'gaat het wel goed met je?' Ik besloot eerlijk te zijn en vertelde hem alles. Hij zei dat hij ook tegen het praktiseren van homoseksualiteit was, maar dat hij de therapie niet goed kon keuren. Hij schrok ervan dat ik al zo lang mee zat en dat er nooit eerder iemand naar had gevraagd. En hij vroeg me of ik het een goed idee vond om samen met hem het gesprek met mijn ouders aan te gaan. Dat gesprek kwam er, en ik durfde tegen mijn ouders te zeggen dat ik wilde stoppen met de therapie. Ik zag aan ze dat ze dat liever niet wilden, maar ze gaven toch toe.

Al snel waren veel mensen in onze omgeving en in de kerk ervan op de hoogte dat ik gestopt was met de therapie. Mijn ouders werden erop aangesproken, want veel mensen denken dat een slechte opvoeding ook tot homoseksualiteit kan leiden. Zelfs de functie van mijn vader als dominee werd ter discussie gesteld. Dat zorgde allemaal voor veel ruzie thuis. Mijn ouders zeiden dat ik ziek was, en een schande voor onze familie. Als ik niet toch weer in therapie zou gaan, zou ik naar de hel gaan. Maar ik wilde écht niet meer. Mijn ouders waren ook veel strenger voor me: ik moest vroeger thuis zijn en ze checkten mijn telefoon. En ze stuurden me naar een bijeenkomst in de kerk, waar er voor me werd gebeden om demonen uit te drijven. Maar ook toen verdwenen mijn gevoelens niet.

### **'Als ik niet toch weer in therapie zou gaan, zou ik naar de hel gaan. Maar ik wilde écht niet meer'**

Op mijn 18e kreeg ik een relatie met een jongen uit een dorp verderop. Een half jaar kon ik het geheim houden, maar toen kwamen mijn ouders erachter. Ze dwongen me om het uit te maken. Ik zei dat ik dat zou doen, maar bleef mijn vriend toch stiekem zien. Dat zorgde voor veel spanning en ruzies thuis, want mijn ouders hadden wel hun vermoedens. Een paar maanden later zetten ze me voor het blok: ik moest mijn relatie verbreken. Ik weigerde, en dat had grote gevolgen. Mijn ouders wilden niet meer dat ik bij hun woonde en verbraken het contact.

Dat is nu twee jaar geleden. Dankzij de hulp en steun van lieve mensen om me heen, waaronder Daniël en mijn wiskundeleraar, gaat het nu een stuk beter met me. Ik heb een nieuwe therapeut met wie ik veel praat over mijn eetstoornis, maar ook over de achterliggende redenen daarvan. Ik wil op zoek naar een manier waarop ik mijn geloof en mijn geaardheid kan combineren. En ik wil langzaam het contact met mijn ouders weer gaan opbouwen.'



#### **Tips**

- Wees alert op signalen en gedragsverandering, bijvoorbeeld somberheid en teruggetrokkenheid)
- Bouw vertrouwen op door regelmatig een gesprekje aan te knopen.
- Spreek de jongere ook apart en geef aan dat hij/zij altijd bij je langs mag komen om te praten.
- Wees je bewust van je eigen heilige huisjes en 'parkeer' die voor het welzijn van de jongere.
- Betrek de jongere als je zelf actie wilt ondernemen. Wat wil hij/zij? En wat absoluut niet?



#### **Tip**

- Bied laagdrempelig contact, betrokkenheid en bereikbaarheid aan.