

De Impact van Lotgenotencontact voor Slachtoffers van Huiselijk Geweld en Kindermishandeling

Dr. Marieke S. Tollenaar & Eline IJzerman (Universiteit Leiden)

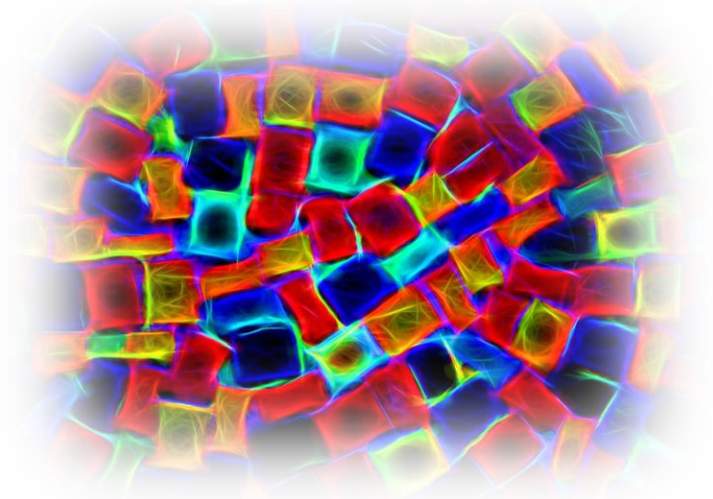
Christel Dingerdis (Blijf Groep)

Hameeda Lakho (Academie voor Herstel en Ervaringsdeskundigheid)



Gevolgen Kindermishandeling

- ▶ Op vele terreinen van het leven
 - ▶ Psychische of emotionele klachten
 - ▶ Sociale of relationele problemen
 - ▶ Fysieke klachten
- ▶ Behandeling binnen GGZ
 - ▶ Gericht op aanwezige psychische klachten
 - ▶ Trauma-verwerking



Rol van lotgenotencontact

- ▶ Delen van ervaringen leidt tot herkenning en erkenning
- ▶ Leren (her)kennen van psychische, sociale of fysieke gevolgen
- ▶ Ondersteunen in herstel, veerkracht stimuleren
- ▶ Reduceren stress en gevolgen van stress



Onderzoek naar lotgenotencontact

- ▶ Weinig wetenschappelijke kennis van **impact** lotgenotencontact op:
 - ▶ Verminderen van (psychische) klachten
 - ▶ Mechanismen van herstel
- ▶ Kennis van belang voor:
 - ▶ Bevorderen laagdrempelige psychosociale hulp
 - ▶ Erkenning rol van ervaringsdeskundigheid bij herstel



Onderzoek naar lotgenotencontact

- ▶ Lotgenotencontact via de cursus 'Herstelgroep' / 'Doorbreek het zwijgen'
- ▶ Gegeven door Ervaringsdeskundige Hameeda Lakho



ACADEMIE VOOR HERSTEL EN
ERVARINGSDESKUNDIGHEID

- ▶ Blijf Groep locaties en online
- ▶ 37 vrouwelijke deelnemers, 54% van Nederlandse afkomst

Lotgenotencursus

- ▶ 8-10 deelnemers met ervaringsdeskundige begeleider
- ▶ 10 bijeenkomsten van ± 2 uur met een vaste agenda
- ▶ Werken aan persoonlijke doelen
- ▶ Thema's worden binnen groep vastgesteld
 - ▶ *Bijv: Overlevingsstrategieën, Omgaan met familie, Angst voor herhaling en Onzekerheid*
- ▶ Aantal vaste thema's en psycho-educatie
 - ▶ *Bijv: Ervaringsdeskundheid en de relatie tussen gevoelens, gedachten en gedrag*



Voorbeelden persoonlijke doelen

- ▶ *Ik wil zelfstandig zijn en sterker worden dan ik nu ben.*
- ▶ *Loslaten van negatieve gevoelens of manier vinden om hier goed mee om te gaan.*
- ▶ *Minder alleen voelen in de geschiedenis van een slechte jeugd.*
- ▶ *Inzicht in/begrip van langdurige effecten en hoe ermee om te gaan.*
- ▶ *Verwerken van het gebeuren.*
- ▶ *Mijn gevoel te kunnen uiten er over kunnen praten.*
- ▶ *Ik hoop te kunnen accepteren wat is gebeurd en hoop uiteindelijk mijn klachten te kunnen reguleren met uiteindelijk doel leren ontspannen. Daarna hoop ik te worden wie ik wil zijn.*

Interpersoonlijk Trauma

Type	%		%
Fysiek geweld	87	> als kind	35
Seksueel geweld	49	> als kind	20
Diep menselijk leed	41		
Geweldige dood gezien	11		
Oorlogsgeweld	11		
Emotionele kindermishandeling	50		

Methode van het onderzoek

- ▶ Vragenlijstonderzoek met een voor- en nameting, online of op papier
- ▶ Waar nodig met behulp van tolk



Onderzoeksmaten

▶ Psychische klachten

- ▶ Angst, Depressie, Post-Traumatische Stress

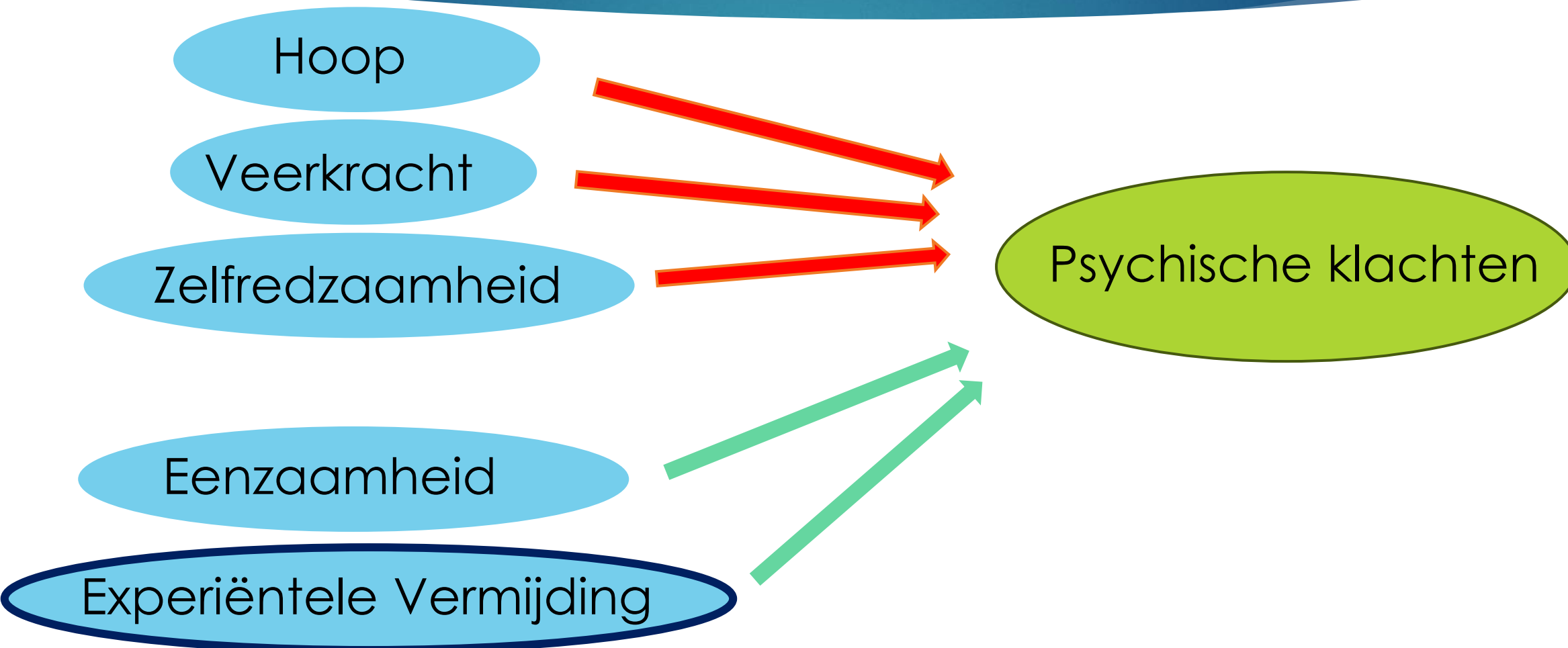


▶ Mechnismen van herstel

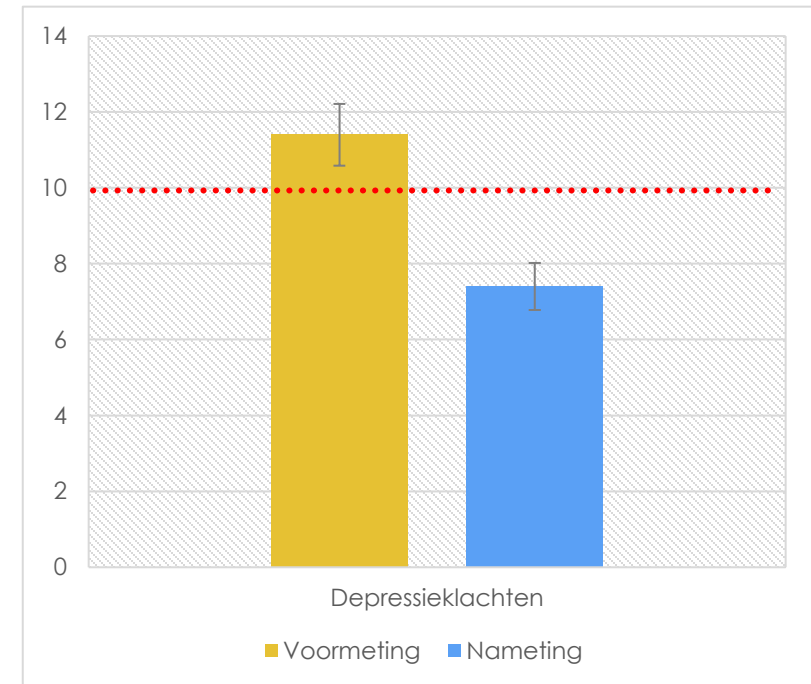
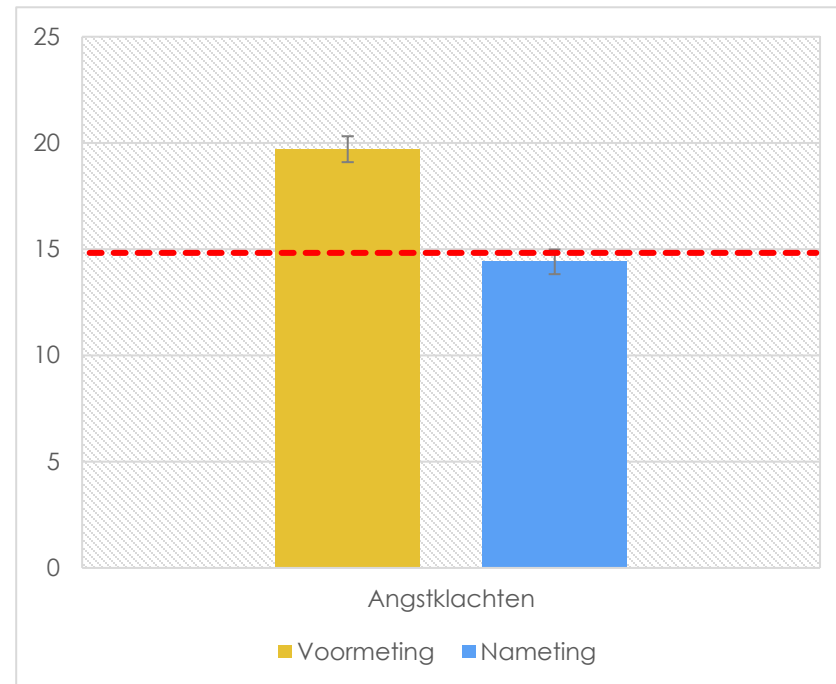
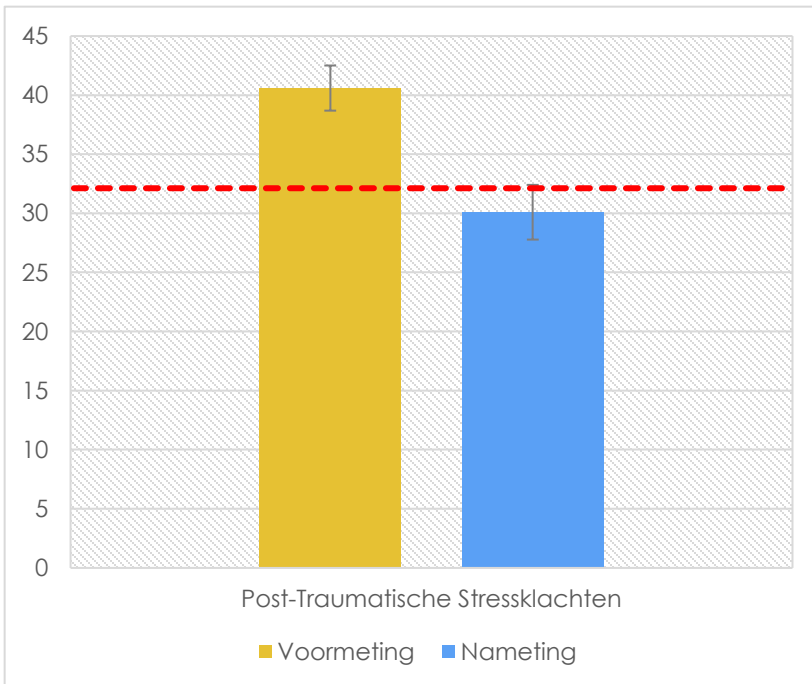
- ▶ Hoop, Veerkracht (Resilience), Zelfredzaamheid (Empowerment), Eenzaamheid, Experiëntele vermijding (van emoties)



Samenhang herstelmechanismen met psychische klachten

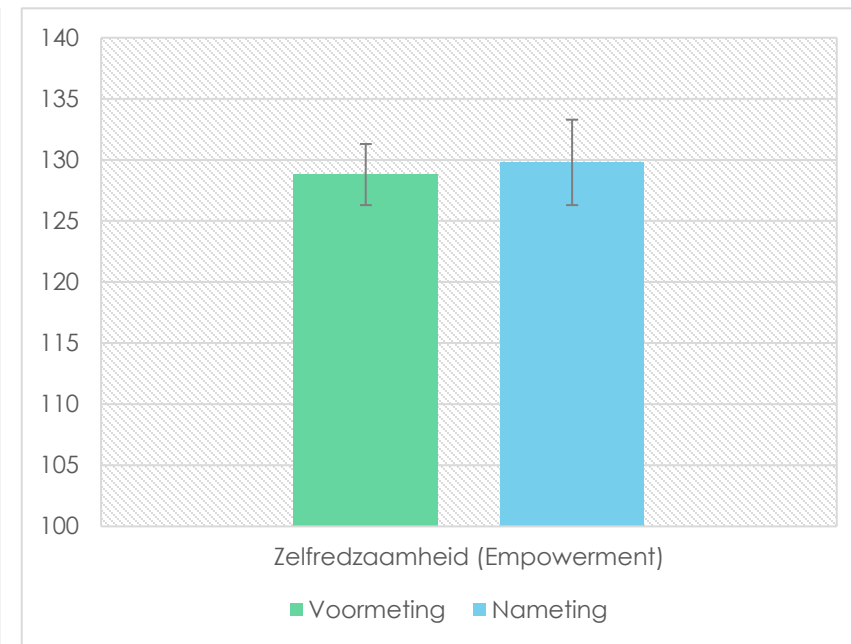
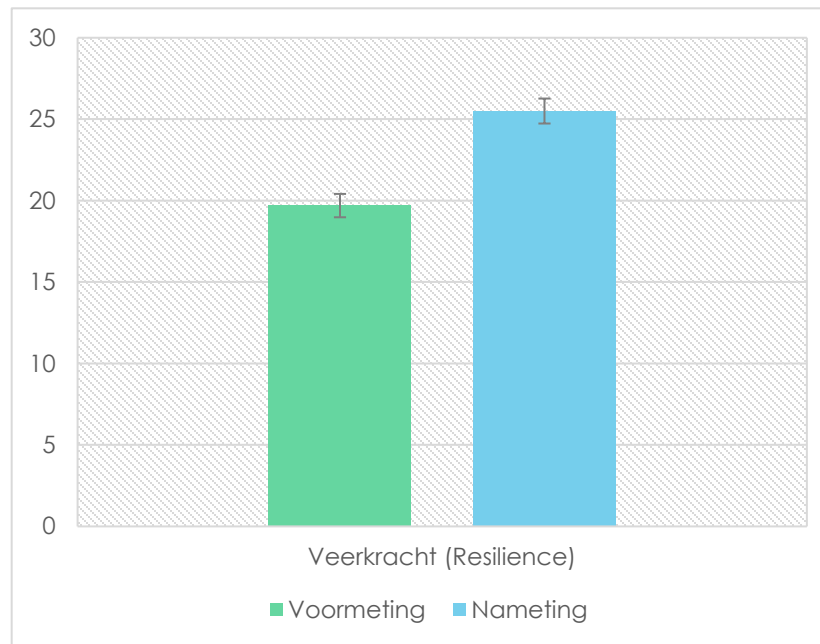
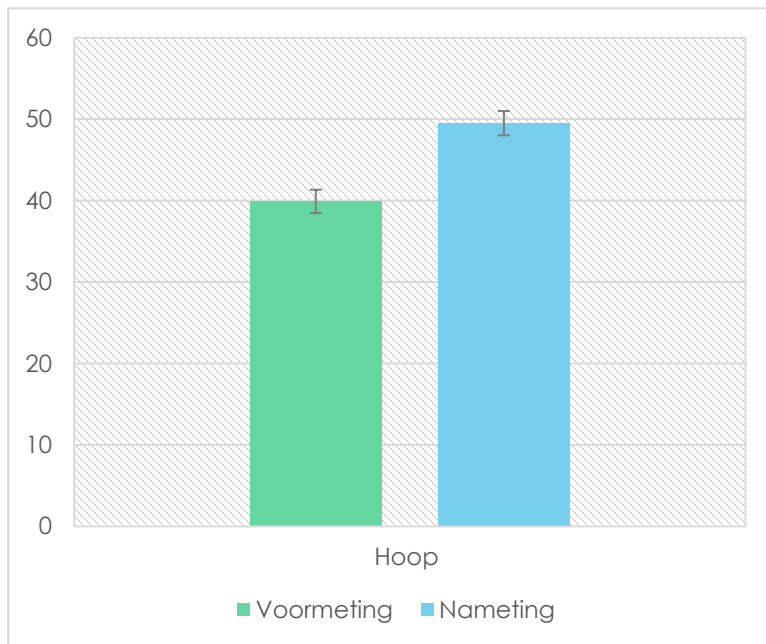


Overzicht afname in psychische klachten



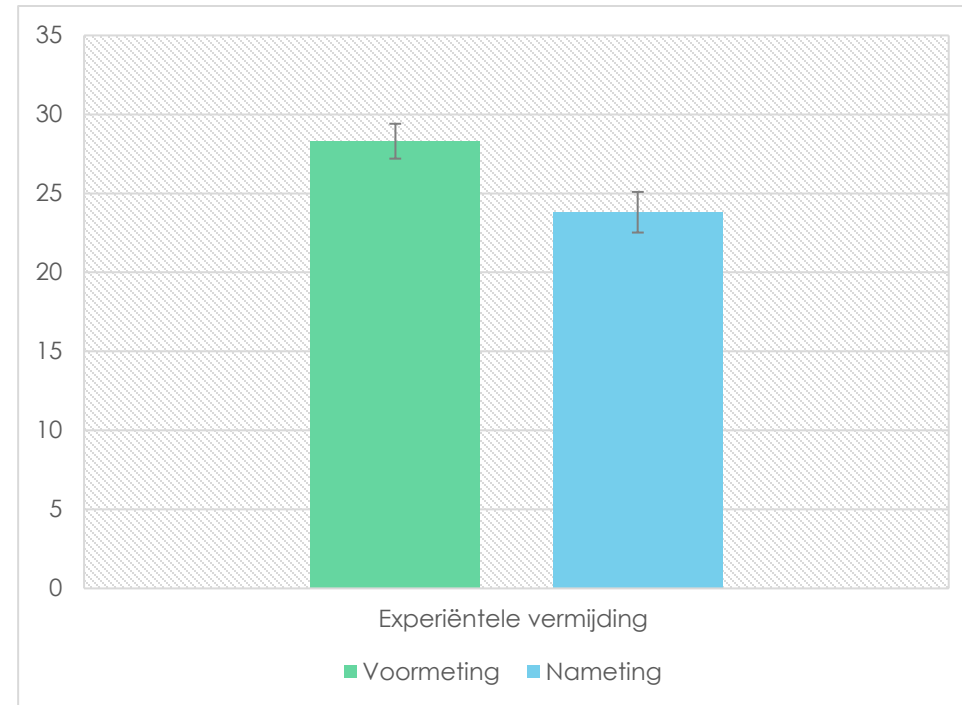
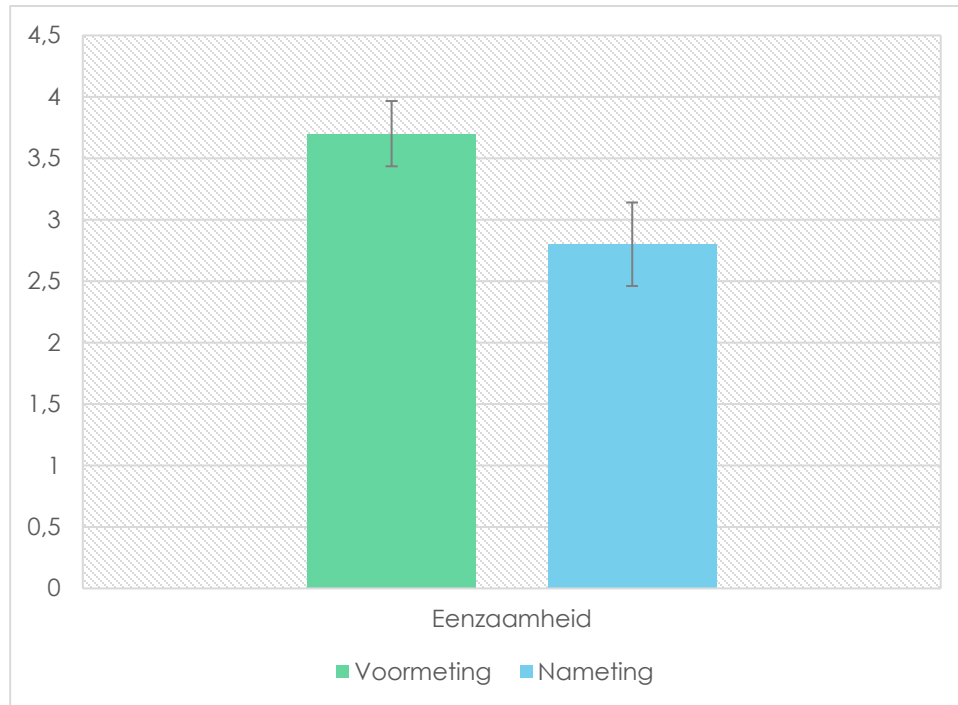
Alle typen psychische klachten namen significant af over de tijd heen

Overzicht mechanismen van herstel



Hoop en Veerkracht namen significant toe over de tijd heen, maar Zelfredzaamheid niet

Overzicht mechanismen van herstel



Experientele vermijding en Eenzaamheid namen *niet* significant af na correctie voor het aantal testen

Ervaringen uit de evaluaties

“Ik heb geleerd te praten en veel begrip en steun ervaren”

“Het vertellen van je eigen verhaal vond ik spannend maar heeft mij ook enorm geholpen”

“Ik ben minder bang voor anderen. Ik durf te spreken over het geweld.”

“Het bijzondere en mooie van deze lotgenotencontactgroep is de gelijkwaardigheid en dat de docent naast iedereen heeft gestaan.”

“Ik durf meer voor mezelf op te komen, ook tegenover een hulpverlener”

Conclusies van het onderzoek

- ▶ Experiëntele vermijding was de sterkste voorspeller van psychische klachten
- ▶ Alle typen psychische klachten nemen significant af
- ▶ Hoop en psychologische veerkracht nemen significant toe
- ▶ Minder sterk effect experiëntele vermijding en eenzaamheid



Discussiepunten

- ▶ Lotgenotencontact kan belangrijke rol spelen in verminderen van psychische klachten bij slachtoffers van huiselijk geweld
- ▶ Er was geen controlegroep, dus mogelijk waren ook andere factoren van belang in afname van klachten (bijv. ondersteuning in Blijf Groep)



- ▶ Herkenning en erkenning van belang voor hoop en veerkracht
- ▶ Sociale steun kan nog meer bevorderd worden tegen eenzaamheid
- ▶ Omgaan met (experiënte) vermijding is een onderdeel van exposure therapie; mogelijk verdere traumaverwerking nodig

Namens het onderzoeksteam veel dank aan:

- ▶ Alle deelnemers aan het onderzoek
- ▶ Gastdocenten en Tolken
- ▶ Blijf Groep locaties

