



# "TOEN IK ME PROBEERDE RECHT TE ZETTEN GREEP HIJ NAAR MIJN POLSEN" | SILKE (15)

11-24 jaar

**2 februari 2018**, het klinkt als een doodgewone dag maar helaas **veranderde** die dag **mijn leven**. Ik weet het nog allemaal zo goed. Het lijkt wel alsof het gisteren was.

Mijn toenmalig vriendje kwam voor de zoveelste keer naar mij thuis. Het was de eerste keer dat hij bleef eten en ik vond dat het daarom iets speciaals mocht zijn, dus ik stelde voor om chinees te eten. Mijn mama twijfelde eerst een beetje maar uiteindelijk ging ze er toch mee akkoord. Terwijl zij belde om onze bestelling door te geven, **ging ik met mijn vriendje naar mijn kamer om een film te kijken op Netflix**.

Toen de film ongeveer in de helft was riep mijn mama dat ze naar de chinees ging om onze bestelling te gaan halen. Ik en mijn vriendje wisten toen goed dat we ongeveer een uur alleen thuis zouden zijn. Toen mijn mama nog geen 10 minuten weg was zette mijn vriendje de film op pauze en hij begon me te kussen waar ik geen probleem mee had.

“**Ik duwde hem weg en wees hem erop dat ik geen sex wou.**

Silke, 15 jaar

Maar **toen ik de film weer wou op zetten pakte hij men arm vast** en ik kreeg op dat moment toch een beetje schrik, dat kon hij ook wel in mijn ogen zien denk ik. Hij begon me terug te kussen en ging terwijl op mij liggen en probeerde mijn shirt uit te doen. Ik duwde hem weg en wees hem erop dat ik geen sex wou. Dat wist hij trouwens al, want dat was niet de eerste keer dat ik hem dat zei.

Hij deed alsof hij niets had gehoord en begon me terug verder te kussen en hij deed mijn broek uit. Dat wou ik natuurlijk al helemaal niet, dus ik duwde hem weg en ik wou zelf ook even weg. Maar toen ik me probeerde recht te zetten greep hij naar mijn polsen en kneep er stevig in. **Ik bleef uit schrik liggen met als gevolg dat hij mij misbruikte.**

Ik wist op dat moment niet wat te doen. Roepen had geen zin, want er was niemand thuis. En weg proberen gaan had ook geen zin, want hij had me nog steeds stevig vast. **Het enige wat ik deed was wenen** en hopen dat mijn mama snel thuis zou komen zodat hij zou stoppen en ik weg kon. Een kwartiertje voordat mijn mama thuis was stopte hij eindelijk. Ik durfde niets doen of zeggen dus ik bleef verstijfd op men bed liggen.

“

## PRAAT EROVER



Chat met  
Nupraatikerover.be

Ma en do: 19-21.30u. Woe: 14u-16u. Een chatgesprek duurt maximum één uur. Niet open op feestdagen.



Mail met  
Nupraatikerover.be



Ga langs bij  
Vertrouwenscentrum  
Kindermishandeling

Vind een Vertrouwenscentrum Kindermishandeling in jouw buurt.



Bel met Zorgcentra na  
Seksueel Geweld

Bel het Zorgcentrum Gent:  
09/332.80.80, Brussel:  
02/535.45.42 of Luik:  
04/284.35.11 24u/24u, 7/7.

**Ik heb de hele avond muziek geluisterd en gehuild tot ik in slaap viel.**

Silke, 15 jaar

Toen ik de voordeur open hoorde gaan **stormde ik naar beneden**. Mijn mama zag meteen dat ik geweend had dus ik verzon dat we een emotionele film hadden gezien. Tijdens het eten heb ik geen enkel woord tegen mijn vriendje gezegd en na het eten vroeg ik hem om naar huis te gaan omdat ik nog moest leren voor een toets. Nu ja, dat is toch wat ik tegen hem zei, want ik wou hem niet langer meer in mijn buurt. Ik ben wel nog met hem mee gewandeld naar het station zodat mijn mama geen vragen ging stellen.

Toen ik terug thuis kwam ging ik naar mijn kamer zonder iets te zeggen en ik ben er die avond niet meer uit gekomen. Ik heb de hele avond muziek geluisterd en gehuild tot ik in slaap viel. Een aantal dagen na de gebeurtenis heb ik hem **gebeld om het uit te maken**. Ik hield het echt niet meer vol met hem.

**Als iemand van ons het er moeilijk mee heeft steunen we elkaar omdat we beide weten hoe het voelt.**

Silke, 15 jaar

Tot op de dag van vandaag heb ik hiervan nog geen enkel woord van tegen mijn mama gezegd omdat ik schrik heb voor reactie. **Mijn vader en mijn broer heb ik het wel gezegd** na een maand en ze hebben me er echt mee geholpen.

Ik ben een tijdje **naar een praatgroep geweest** en daar was ook een meisje die verkracht was door dezelfde persoon als mij. Ze is nu mijn allerbeste vriendin en als iemand van ons het er moeilijk mee heeft steunen we elkaar omdat we beide weten hoe het voelt. We hopen samen dat hij dit niet bij nog andere meisjes heeft gedaan. Het is zo erg dat hij dit doet. Het is alsof hij er plezier in heeft.

**Ik durf eindelijk voor mezelf opkomen.**

Silke, 15 jaar

Maar ondanks dit hele trauma heb ik er toch 1 positief ding uit gehaald: **ik ben sterker geworden**. Ik durf eindelijk voor mezelf opkomen. Ik durf nu nee zeggen tegen dingen waar ik vroeger ja zou tegen gezegd hebben. Geloof het of niet, maar uit elke negatieve gebeurtenis in je leven kun je ook iets positiefs halen en daarop moet je je proberen focussen, dan alleen kom je erdoor.

Je moet er ook met mensen proberen over te praten, want door alles voor jezelf te houden en alles op te kroppen ga je je kwetsbaarder opstellen. **Stay positive en geniet van de goede dingen** in het leven en ergens in je zul je altijd aan de slechte dingen die je zijn overkomen blijven denken. Maar door meer aan de positieve dingen te denken kom je overal doorheen.

TEKST: ingezonden verhaal door Silke. FOTO: Daniel Spase

