

45 JAAR BLIJF GROEP

# Werken vanuit de kracht van vrouwen

Het eerste Blijf-van-mijn-lijf huis werd 45 jaar geleden opgericht, gerund door vrijwilligers op een locatie die strikt geheim was. Tegenwoordig heeft Blijf Groep 5 locaties in Noord-Holland en Flevoland met per jaar zo'n 500 cliënten in de opvang en 3500 ambulante cliënten. Ook in de aanpak is veel veranderd. Een tweegesprek met Blijf Groep-bestuurder Hanneke Bakker en cliënt Miriam Bos. "Zonder Blijf Groep had ik het niet gered. Echt niet."

► TEKST RENATE VAN DER ZEE FOTOGRAFIE MONA VAN DEN BERG

*'Het belangrijkste was de erkenning. Dat iemand tegen je zegt: 'Je bent niet gek, het is erg.'*

"H et begon tijdens de tweede feministische golf, met vrouwen die als vrijwilligers opkwamen voor andere vrouwen. Die richtten in 1974

het eerste Blijf-van-mijn-lijf huis op. Sindsdien is er veel veranderd", vertelt **Hanneke Bakker**, directeur-bestuurder van de Blijf Groep. "De vrouwenopvang zat lange tijd op geheime locaties. Dat beleid hebben we losgelaten. Niet zomaar, maar vanuit een inhoudelijke visie. In 2004 maakten we een afschuwelijk incident mee: een vrouw werd neergeschoten voor het geheime adres van de opvanglocatie in Zaandam. Toen begon het besef dat we met geheime adressen niets oplossen. Het idee van het Oranje Huis ontstond: vrouwenopvang die duidelijk in het straatbeeld aanwezig is. Slachtoffers van geweld hoeven we niet te verstoppen. Wel veilig, niet geheim."

Cliënt **Miriam Bos**: "Toen ik in 2016 bij de Blijf Groep terecht kwam, dacht ik dat het op een geheim adres was. Het gaf ergens een heel prettig gevoel, dat je verstopt zit. Ik schrok toen ze mijn ex-man gingen bellen om te vertellen waar ik zat. Maar toen het werd uitgelegd, begreep ik het beter, en het helpt dat die panden zo goed beveiligd zijn. Door die open aanpak wordt namelijk heel veel helder: als je partner met veel bombarie verhaal komt halen, wordt duidelijk dat er een andere oplossing nodig is dan als je partner zegt dat hij op gesprek wil komen. En bovendien moet je verder, je kunt je leven niet in het geheim blijven leiden. Je kunt je niet blijven verstoppen."

## Oranje Huis Aanpak

**Hanneke**: "Bij die openheid hoort een hele aanpak, die systeemgericht is. Daarbij bekijken we met het hele netwerk van de vrouw: wat kunnen we doen om de situatie veilig te krijgen? De vrouw is daarbij ook vrij om twijfels te uiten en te zeggen dat ze misschien toch terug naar haar partner wil. In de beginperiode van de vrouwenopvang was dat not done, je ging niet terug. Punt. Maar desondanks waren er vrouwen die wel terug gingen en dan stopte de hulp. Veel vrouwen zitten met die twijfel, dat hoor ik bijna iedereen zeggen. Heb jij daar ook last van gehad, van die twijfel?"

**Miriam**: "Nee, dat heb ik nooit gehad. Maar ik kan me wel voorstellen dat sommige vrouwen twijfelen, omdat het moeilijk is om vol te houden als je in een opvanghuis zit. Je zit in een andere



Blijf Groep-bestuurder Hanneke Bakker  
Foto: eigen archief

stad waar je niemand kent, je voelt je hartstikke eenzaam, je zit met allemaal vragen en met veel onzekerheid. Dan kan er een moment komen dat je toch maar terug gaat. Dat is dan vreselijk, maar je weet wel waar je aan toe bent. En veel vrouwen hopen op beterschap. Ik heb een keer een vrouw gesproken, die was al drie keer terug gegaan en die ging wéér terug. Daar schrok ik van. Aan de andere kant heb ik wel iets vergelijkbaars gedaan. In het begin van onze relatie is mijn ex-man al vanwege huiselijk geweld door de politie uit huis gehaald. Daarna ben ik toch met hem getrouwd. Het heeft me uiteindelijk drie jaar gekost om weg te komen. Vanaf het moment dat ik dacht: dit houd ik niet vol, ik moet echt weg, heeft het me drie jaar gekost."

## Isolement doorbreken

**Hanneke**: "Gemiddeld duurt het zeven jaar voordat vrouwen die stap zetten. Zo ingewikkeld is het."

**Miriam**: "We waren negen jaar samen. Als er een uitbarsting was geweest, ging het een tijdje goed en dan ging het weer compleet mis. Op een gegeven moment zag ik weer zo'n uitbarsting aankomen en toen dacht ik: of ik maak er een eind aan of ik ga nu weg. Mijn kinderen werden ouder en ik kreeg steeds meer in de gaten wat voor impact het op hen had. Ik probeerde het te verstoppen en goed te praten, maar op een gegeven

moment lukte dat niet meer. Ik ben ontzettend dankbaar dat ik die stap heb gezet."

**Hanneke**: "Deze vrouwen zitten vaak in een isolement. Niemand weet van het geweld, de man gaat mee naar de huisarts als er iets is. Het is een heel geïsoleerd bestaan. Dat breken wij open, wij betrekken iedereen om de vrouw heen. We vragen de vrouw hoe haar netwerk er uitziet en wie we kunnen inzetten om het veilig te maken. Want als het netwerk van de vrouw op de hoogte is, ontstaat ook sociale controle."

**Miriam**: "Het klopt dat je volkomen geïsoleerd raakt, ik had geen vrienden meer over."

**Hanneke**: "Waardoor je afhankelijkheid en de macht van de pleger groter wordt. Het versterkt elkaar. Op het moment dat het geweld besproken wordt met het netwerk van de vrouw, doet dat ook iets met de pleger. Die wordt zichtbaarder."

**Miriam**: "Je raakt in die situatie zo jezelf kwijt. Je weet niet meer of wat jij ziet en denkt wel klopt. Je moet jezelf ergens weer terug zien te vinden. Daar heeft Blijf Groep me echt mee geholpen. De weerbaarheidstraining heb ik twee keer gedaan. Ik dacht: die kan ik dubbelop gebruiken. Ik wist niet meer hoe ik naar mijn lichaam en naar mijn verstand moest luisteren. Door die weerbaarheidstraining leerde ik weer op eigen benen staan. Blijf Groep regelde een school voor de kinderen. Ik kreeg goede gesprekken met een maatschappelijk werker. Maar het belangrijkste was de erkenning. Dat iemand tegen je zegt: je bent niet gek. Het is erg. Zonder Blijf Groep had ik het niet gered. Echt niet."

## Hulp aan vrouwen, kinderen én plegers

**Hanneke**: "We werken hier vanuit de kracht van de vrouwen. Daarom is er in de gebouwen ook een strikte scheiding tussen wonen en hulp. Het zijn geen gemeenschappelijke voorzieningen, iedereen heeft zijn eigen appartement. Dat maakt dat de vrouw ervaart om een eigen huishouden te hebben waar ze voor moet zorgen. De hulpverleners lopen niet door je huis heen. Want alles is gericht op zelfstandig verder kunnen."

**Miriam**: "Soms voelt het alsof je één stap vooruit doet en tien achteruit. Er komt zoveel op je af, er is zoveel onzekerheid. Waar ga ik wonen? Waar kom ik terecht? Maar ik ben er. Na zes maanden begeleid wonen, heb ik een eengezinswoning





Miriam: 'Vanaf het moment dat ik dacht: dit houd ik niet vol, heeft het me drie jaar gekost voordat ik vertrok bij mijn gewelddadige ex-man.'

gevonden en ik heb sinds vorige week een baan als secretaresse. Ik heb nog steeds psychologische hulp, maar ik ben zeker op de goede weg."

**Hanneke:** "Haar verhaal is een succesverhaal, dat moet ik er wel eerlijk bij zeggen. Zij is een voorbeeld van hoe we het voor iedereen zouden willen. Begeleid wonen duurt vaak langer omdat het moeilijk is een zelfstandige woning te vinden. Niet iedereen vindt ook even makkelijk een baan. Die psychologische hulp is belangrijk, omdat 75 procent van onze cliënten meerdere jeugdtrauma's heeft. We willen ook hulp bieden aan hun kinderen, want die zijn getuige geweest van het geweld. En aan de plegers. Want als er niets gebeurt met de plegers, gaan die in een nieuwe relatie hetzelfde doen. Die hulp willen we de komende jaren versterken."

**Miriam:** "Maar de pleger moet wel willen meewerken. Mijn ex-man vindt bijvoorbeeld niet dat hij fout is geweest. Hij vindt ook dat ik zijn kinderen op een legale manier heb gekidnapt."

**Hanneke:** "Het raakt me als ik jou zo zie, Miriam. Het zijn echt grote life events waar we het over hebben. Ik ben trots op wat je vertelt en het bevestigt de keuzes die we maken in ons beleid."

**Miriam:** "Ik ben inmiddels met werken begonnen en het is pittig. Ik heb er af en toe een traantje om gelaten, van kan ik het allemaal wel, en dat zal ik ongetwijfeld nog wel een paar keer doen. Maar het voelt onwijs goed. Ik ben weer mezelf. Ik was gewend dat ik overal toestemming voor moest vragen. Toen ik net bij mijn ex-man weg was, compenseerde ik dat door anderen steeds weer te vragen wat ik moest doen. Ik vraag nu bijna niemand meer wat. Ik vertrouw mezelf veel meer. En door alle hulp die ik heb gekregen, ben ik er zeker van: ik zal nooit meer kiezen voor zo'n man." ●

*Om privacyredenen is de naam van Miriam Bos veranderd.*



Blijf Groep helpt huiselijk geweld te stoppen. Ieder jaar zijn er in Nederland 200.000 slachtoffers van ernstig huiselijk geweld. Geen enkele andere vorm van geweld komt zó vaak voor. Blijf Groep biedt hulp aan alle betrokkenen die te maken hebben met huiselijk geweld: slachtoffers, getuigen, plegers en kinderen. Wij bieden, coördineren en organiseren directe hulp op maat, thuis of in de opvang, aan iedereen die met dit soort geweld te maken heeft. Met onze hulp vinden vrouwen de kracht om hun leven weer in eigen hand te nemen.

**Hulp nodig?**  
Bel 088 234 2450  
[www.blijfgroep.nl](http://www.blijfgroep.nl)