

Eergerelateerd geweld, narcistisch misbruik, gaslighting en projectie

Eergerelateerd geweld, narcistisch misbruik, gaslighting en projectie zijn vormen van psychische en fysieke onderdrukking die diepe wonden achterlaten bij slachtoffers. Eergerelateerd geweld vindt plaats binnen families of gemeenschappen waarin de eer van de groep zwaarder weegt dan het individuele welzijn. Slachtoffers, meestal vrouwen, worden onder druk gezet om te voldoen aan strikte normen, waarbij afwijking wordt bestraft met geweld, verstoting of erger. Dit geweld wordt vaak vergoelijkt onder het mom van traditie en familie-eer, maar in werkelijkheid is het een keiharde vorm van onderdrukking en mensenrechtenschending.

Narcistisch misbruik is een verborgen vorm van mishandeling waarin de dader systematisch de controle over een ander uitoefent. Dit gebeurt door manipulatie, emotionele chantage en het afbreken van het zelfbeeld van het slachtoffer. Gaslighting is een specifieke manipulatiestrategie waarbij slachtoffers worden doen laten twijfelen aan hun eigen waarneming en realiteit. Door herhaaldelijk de waarheid te verdraaien en de schuld om te keren, wordt het slachtoffer onzeker en afhankelijk gemaakt. Projectie, een veelgebruikte techniek door narcisten, houdt in dat de dader zijn of haar eigen negatieve eigenschappen toeschrijft aan het slachtoffer, waardoor verwarring en schuldgevoelens ontstaan.

De gevolgen van deze vormen van misbruik zijn ernstig: slachtoffers kampen vaak met PTSS, depressie en een laag zelfbeeld. Ze raken sociaal geïsoleerd en hebben moeite met vertrouwen in anderen. Daarom is bewustwording en educatie over deze onderwerpen cruciaal. Overheden en hulpinstanties moeten toegankelijke en snelle ondersteuning bieden, zonder bureaucratische barrières, zodat slachtoffers zich kunnen bevrijden uit destructieve situaties en een toekomst in vrijheid kunnen opbouwen.