Seksueel misbruik

Infographic

Seksueel misbruik is een van de ingrijpende jeugdervaringen die ernstige gevolgen kan hebben. Meer informatie daarover vind je hier.

Wat is seksueel misbruik?

Er is sprake van seksueel misbruik als een volwassene (of een ouder kind) een kind* overhaalt of dwingt tot het uitvoeren, ondergaan of zien van seksuele handelingen, of tot het bekijken van seksueel beeldmateriaal.

Het kind wordt door de pleger gebruikt voor seksuele bevrediging of opwinding.

Er is altijd sprake van ongelijkwaardigheid: de ander heeft meer macht, is sterker, ouder of er is een afhankelijkheidsrelatie.

Seksueel misbruik gaat gepaard met geheimhouding.

Seksueel misbruik is een vorm van kindermishandeling.

*In deze infographic focussen we ons op seksueel misbruik van kinderen.

Hoe vaak komt seksueel misbruik van kinderen voor in Nederland?

Seksueel misbruik blijft vaak verborgen. Daardoor is de werkelijke omvang moeilijk vast te stellen.

Naar schatting telt elke basisschoolklas
gemiddeld 2 kinderen
die seksueel misbruik meemaken.

Op de middelbare school zijn dit
3–4 kinderen
per klas.

Seksueel misbruik kan plaatsvinden:

Fysiek of online

Met of zonder fysiek contact

Met of zonder fysiek geweld

Thuis of ergens anders

Eenmalig of langdurig

De gevolgen hiervan hebben veel overlap met de gevolgen van fysiek seksueel misbruik.

In 85% van de gevallen is de pleger een bekende van het kind. Hoe dichter de pleger bij het kind staat, hoe langer het vaak duurt voordat het misbruik uitkomt.

Specifieke vormen:

Misbruik binnen gezin/familie**
Misbruik door een gezins- of familielid is vaak extra ingrijpend. Het kind is vaak afhankelijk van de pleger en vertrouwde deze juist. Loyaliteit, schuldgevoel, verwarring en blijvend contact met de pleger kunnen de impact vergroten en het omgaan met wat er is gebeurd bemoeilijken.
**Het kan ook gaan om een pleeggezin of stiefouders/broers/zussen.

Online seksueel misbruik
Bijvoorbeeld het overhalen of dwingen om seksuele handelingen voor de webcam te doen.

Seksuele uitbuiting
Het slachtoffer wordt overgehaald of gedwongen om seksuele handelingen te verrichten in ruil voor geld of andere vergoedingen.

Seksueel misbruik tussen broers/zussen is vaak onderbelicht, maar komt naar schatting het meest voor. Bekijk ook de factsheet over sibling sexual abuse.

Hoe herken je seksueel misbruik?

Signalen van seksueel misbruik zijn vaak niet zichtbaar of niet eenduidig. 1 op de 3 kinderen laat zelfs geen enkel signaal zien. Als er signalen zijn, dan gaat het vaak om gedrag dat afwijkt van wat je van het kind gewend bent of bij de leeftijd past.

Schaamte speelt een centrale rol bij seksueel misbruik. Net als zelfverwijt: ten onrechte zichzelf de schuld geven. Hierdoor proberen kinderen er vaak niet over te praten en niet aan te denken. Ook angst voor wat er gebeurt als het uitkomt kan ervoor zorgen dat kinderen het misbruik verborgen houden.

Jongens zwijgen vaker langer over seksueel misbruik door schaamte en schuldgevoelens. Ook worden hun signalen vaker verkeerd geïnterpreteerd of gemist.

Jonge kinderen weten vaak niet wat seksueel misbruik is en wat wel en niet normaal is. Bij hen kan een terugval in de ontwikkeling, zoals weer in bed plassen, een mogelijke verandering zijn.

Soms duurt het jaren voordat kinderen beseffen wat er is gebeurd en ontstaan klachten pas daarna.

Seksueel misbruik kan elk kind overkomen

Wel is het zo dat plegers zich vaak bewust richten op kinderen die onvoldoende bescherming, liefde, aandacht, steun of toezicht hebben. Bijvoorbeeld doordat zij opgroeien in een onveilige gezinssituatie. Ook kinderen die een beperking of (chronische) ziekte hebben worden vaker slachtoffer.

Grooming

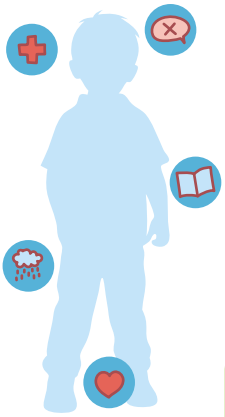
Plegers bouwen vaak stap voor stap een vertrouwensband op om grenzen te verleggen en misbruik mogelijk te maken. Het kind wordt zo steeds afhankelijker en zoekt minder steun bij andere volwassenen. Omdat dit geleidelijk gaat is dit vaak moeilijk te herkennen voor zowel het kind als de omgeving.

Wat zijn mogelijke gevolgen van seksueel misbruik voor kinderen?

Seksueel misbruik beschadigt het gevoel van veiligheid en vertrouwen van een kind. Dit kan gevolgen hebben op zowel de korte als lange termijn, op meerdere gebieden. Mogelijke gevolgen kunnen zijn:

Een seksueel overdraagbare aandoening (SOA) of een zwangerschap. Bij jongere kinderen is dit altijd een ernstig signaal.

Een afwijkende seksuele ontwikkeling, bijvoorbeeld veel bezig zijn met seks, seks vermijden of moeite hebben met grenzen.



Meer kans op psychische en lichamelijke klachten, zoals buikpijn, angst, depressieve klachten, zelfverwonding, eetproblemen, verslaving en ptss.

Meer kans op ontwikkelingsproblemen en een leerachterstand.

Meer moeite met sociale vaardigheden, bijvoorbeeld moeite om anderen te vertrouwen of gezonde relaties te onderhouden.

Deze kinderen voelen zich vaak eenzaam en bang omdat ze druk voelen van een geheim dat nooit uit mag komen.

De helft van de kinderen maakt later opnieuw seksueel misbruik mee.

Gelukkig rapporteert op volwassen leeftijd de helft van de slachtoffers geen blijvende psychische klachten.

Jonge kinderen die nog niet kunnen praten, kunnen zich het misbruik vaak niet bewust herinneren en hebben er geen woorden voor. Ze kunnen later echter wel reageren op triggers zoals geuren en geluiden.

Hoe steun je het kind?

Seksueel misbruik hoeft geen blijvende impact te hebben. De steun van vertrouwde mensen kan veel verschil maken. Kinderen die worden geloofd en gesteund, verwerken hun ervaringen vaak beter.

Voorkom victim-blaming.

Laat het kind weten dat je er voor hem of haar bent en luister met aandacht.

Wanneer een kind jou vertelt over seksueel misbruik, blijf dan zelf kalm. Het is belangrijk dat je de schuld niet bij het kind legt en geen suggestieve vragen stelt.

Lees hier meer over praten met kinderen bij een onthulling.

Ondersteun bij het vasthouden van de dagelijkste routine van de kinderen en het gezin.

Heb aandacht voor eventuele broertjes en zusjes in het gezin en voor wat zij nodig hebben voor hun verwerking. Lees ook dit artikel.

Moedig het kind aan om hulp te accepteren bij de verwerking van het misbruik, maar respecteer daarbij het tempo van het kind zelf.

Steun ook de ouders. Maak alles bespreekbaar, erken hun gevoelens en geef ruimte voor eventueel eigen onverwerkte trauma's. De reactie van de ouders beïnvloedt ook de verwerking van het kind. Lees ook deze tips en dit artikel.

Zie en benoem wat goed gaat in het gezin, en erken en versterk de veerkracht van kinderen.

Voor kinderen die seksueel misbruik hebben meegemaakt, is het extra belangrijk om te leren wat gezonde seksualiteit is.

Help het kind opnieuw contact te maken met het eigen lichaam, bijvoorbeeld door aandacht te besteden aan gevoelens, grenzen en lichaamssignalen.

Volg bij vermoedens van kindermishandeling altijd de stappen van de meldcode. Zorg dat er een veiligheidsplan is en monitor de veiligheid, ook als het misbruik is gestopt.

Materialen en handige links

- Augeo magazine seksueel misbruik
- Lesbrief Sam en het niet-leuke geheim
- Het boek Dicht bij huis
- Centrum Seksueel Geweld
- YouTube kanaal CSG

Deze infographic is in 2026 ontwikkeld door Augeo Foundation in samenwerking met het Centrum Seksueel Geweld.

Kijk hier voor meer informatie en een bronnenoverzicht.

Psycho-educatie

Met psycho-educatie geef je uitleg met als doel gevoelens van schaamte of schuld te verminderen en handvatten te geven om met trauma om te gaan.

Gebruik bijvoorbeeld: de animaties van Zapp, aflevering van het Klokhuis, het prentenboek Charlie, vlogs (voor kinderen) van het CSG en de kinderpagina van het CSG.

Een genitale respons tijdens het misbruik kan leiden tot twijfel over de seksuele oriëntatie.

Leg uit dat alles wat het kind voelt en denkt normaal is. Het kind is niet gek/vies/slecht etc.

Ontschuldig het kind: leg uit dat, ondanks wat de ander het kind heeft wijsgemaakt, seksueel misbruik niet normaal en nooit de schuld van het kind is, maar van de pleger.

Leg uit dat een genitale respons niets zegt over opwinding of toestemming. Het is een automatische reactie van het lichaam.

AUGEO FOUNDATION

CSG Centrum Seksueel Geweld
www.centrumseksueelgeweld.nl

Heb je hulp of advies nodig? Bel dan het CSG via 0800-0188.