

Victim blaming

*Een analyse voor de Europese Dag van het Slachtoffer
in opdracht van Slachtofferhulp*

18 FEBRUARI 2026

HOE ONDERZOCHT?

- Vragenlijst onderzoek
- 1.000 respondenten
- Gewogen op geslacht en leeftijd voor een representatieve afspiegeling van de Nederlandse samenleving
- De dataverzameling is gedaan door Multiscope
- De onderzoeksopzet is ontwikkeld door SUE & The Alchemists

* Let op: door afronding tellen percentages niet altijd op tot 100%

Victim blaming betekent dat slachtoffers (deels) de schuld krijgen van wat hen is overkomen.

SAMENVATTING 1/3

Victim blaming komt zelden voort uit kwade intentie. Het wordt gevoed door onbewuste psychologische mechanismen die we allemaal hebben.

Het begint met een blinde vlek: de meeste Nederlanders denken zelf empathisch te reageren op slachtoffers. Echter worden daar niet altijd de juiste bewoordingen voor gebruikt, waardoor victim blaming een feit is. Wel denken mensen dat anderen aan victim blaming doen. Weinig mensen herkennen victim blaming bij zichzelf, terwijl 1 op de 5 slachtoffers het wel ervaart.

De oorzaak van victim blaming ligt in de *Just World Theory*: de behoefte om te geloven dat de wereld rechtvaardig is. Wanneer iemand slachtoffer wordt, bedreigt dat ons gevoel van controle. Door te focussen op keuzes van het slachtoffer: 'Waarom was je daar?', 'Had je niet beter moeten opletten?', herstellen we dit beeld. De boodschap aan onszelf: als ik me anders gedraag, overkomt mij dit niet.

SAMENVATTING 2/3

Opvallend is dat victim blaming relatief vaak voorkomt binnen familie- en vriendengroepen (7 op de 10 mensen die te maken kregen met victim blaming, ervoeren dit vanuit familie/vrienden). Dit kan worden verklaard door drie samenhangende processen: (1) empathic distress, waarbij men overweldigende emoties vermijdt; (2) cognitieve dissonantie, wanneer slachtofferschap niet past bij het bestaande beeld van de persoon; en (3) systeembewoud, waarbij erkenning van het slachtofferschap de stabiliteit of reputatie van de groep bedreigt. In al deze gevallen functioneert victim blaming als een defensieve strategie om emotioneel of relationeel evenwicht te bewaren.

De context die wordt geschetst rond een misdrijf én taal spelen een cruciale rol in victim blaming. Hoe een gebeurtenis wordt verteld, bepaalt hoe we naar het slachtoffer kijken. Zelfs één woord kan bepalen of je een slachtoffer de schuld geeft. Daarom is het essentieel dat we bewust omgaan met onze woorden. Woorden kunnen steun bieden, maar ook de schuld verschuiven.

SAMENVATTING 3/3

Het paradoxale is dat juist mensen die victim blaming meemaken, het sneller bij zichzelf herkennen. Slachtoffers erkennen vaker dan niet-slachtoffers dat ze aan victim blaming doen. Dat is het schrijnende: de mensen die het meest lijden onder victim blaming, zijn vaak ook het meest bewust van hun eigen reacties.

Victim blaming heeft een grote impact, want het maakt slachtoffers als het ware voor de tweede keer slachtoffer. Wat slachtoffers nodig hebben is niet een feitenonderzoek, maar erkenning. Een luisterend oor zonder oordeel en bevestiging dat de schuld niet bij hen ligt. Bewustwording van deze mechanismen en wat de kracht van taal is, is een eerste stap om victim blaming terug te dringen.

1 op de 5 slachtoffers van een misdrijf krijgt te maken met victim blaming

- Vrouwelijke slachtoffers (29%) hebben vaker te maken gehad met victim blaming dan mannelijke slachtoffers (15%)

Vrouwelijke slachtoffers

29% kreeg te maken met victim blaming

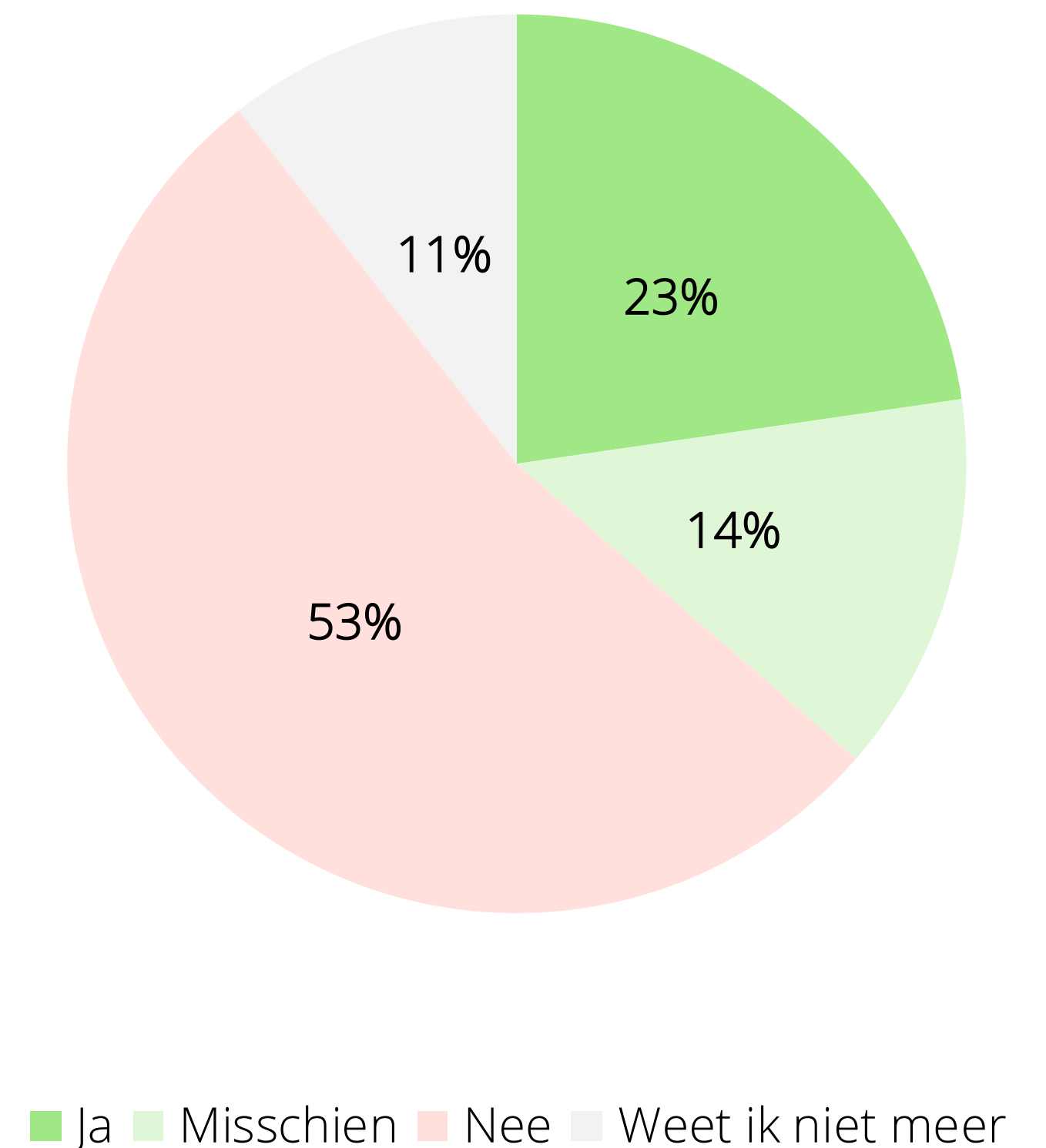


Mannelijke slachtoffers

15% kreeg te maken met victim blaming



Heb je zelf te maken gehad met victim blaming?
(n=393)



Vraag: Eerder gaf je aan een misdrijf te hebben meegemaakt, zoals geweld, fraude of misbruik. Heb je toen te maken gehad met victim blaming?
Alleen gevraagd aan mensen die een misdrijf hebben meegemaakt.

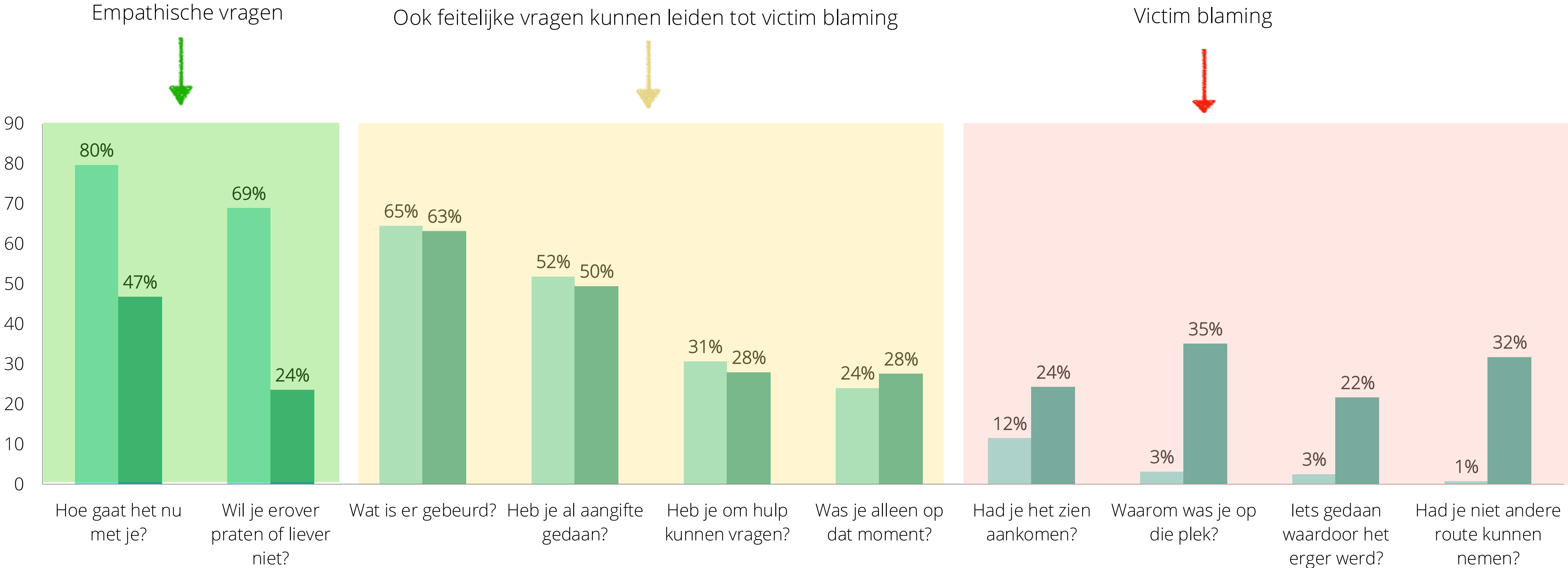


Hoewel de term ‘victim blaming’ bij de meeste Nederlanders (65%) bekend is, blijkt het in de praktijk een **blinde vlek**

Victim blaming is een blinde vlek: 'Ik doe het niet, anderen wel'

Welke vragen stel jij vs. denk je dat andere Nederlanders stellen
bij een slachtoffer van geweld op straat?
(n = 1.000)

■ Vragen die ik stel
■ Vragen die anderen stellen



Vraag: Welke vragen ben jij geneigd te stellen als iemand te maken heeft gehad met geweld op straat? Vs.
Welke vragen denk je dat de meeste Nederlanders zouden stellen als iemand te maken heeft gehad met geweld op straat?

“

**Soms is mijn eerste gedachte per ongeluk toch wel:
Waarom was je alleen? Waarom zo laat op straat?
Ook al wil ik dat niet denken.**

”

Hoe werkt deze blinde vlek in het brein?

Deze blinde vlek is te verklaren vanuit twee psychologische mechanismen:

1. *Bias blind spot*: Mensen zien hun eigen fouten niet
 2. *Social desirability bias*: Mensen willen goed overkomen op anderen
- Iedereen denkt empathisch te reageren, terwijl 1 op de 5 slachtoffers toch het tegenovergestelde ervaart.





Om te meten of **framing onbewust zorgt voor victim blaming hebben respondenten twee casussen voorgelegd gekregen. De ene helft kreeg een neutrale formulering, de andere helft een victim blaming formulering (zonder dat zij dit wisten).**

Neutraal frame

CASUS 1A: Sarah (24) ging naar een feest georganiseerd door een collega. Tijdens het feest dronk ze twee glazen wijn. Later op de avond werd ze door een andere gast meegenomen naar een rustigere kamer, waar ze werd verkracht. Ze deed de volgende dag aangifte bij de politie.

CASUS 2A: Noah (19) raakte via social media aan de praat met iemand die zich voordeed als een leeftijdsgenoot. Het contact werd al snel persoonlijk en vertrouwelijk. Na een tijdje werd Noah onder druk gezet om intieme beelden te sturen. Kort daarna kreeg hij screenshots te zien en werd hij bedreigd: als hij niet zou betalen, zouden de beelden worden doorgestuurd naar vrienden en familie. Noah vertelde het aan een ouder en deed hij aangifte bij de politie.

Victim blaming frame

CASUS 1B: Sarah (24) ging naar een feest georganiseerd door een collega. Ze droeg een korte jurk en hoge hakken. Tijdens het feest dronk ze vijf glazen wijn en flirtte ze met verschillende mannen. Later op de avond ging ze vrijwillig mee met een aantrekkelijke man naar een rustigere kamer, waar ze werd verkracht. Ze deed pas drie dagen later aangifte bij de politie.

CASUS 2B: Noah (19) raakte via social media aan de praat met iemand die hij niet persoonlijk kende, maar die zich voordeed als een leeftijdsgenoot. Hoewel het profiel weinig echte informatie had en er nooit was (video)gebeld, bleef Noah contact houden en stapte hij op verzoek over naar een privé-app met verdwijnende berichten. Noah werd gevraagd om intieme beelden te sturen. Kort daarna werd hij bedreigd dat die beelden naar vrienden en familie zouden worden gestuurd als hij niet betaalde. Noah raakte in paniek en maakte geld over. Toen er daarna steeds meer geld werd geëist, bleef hij toch reageren en betalen omdat hij dacht dat hij het zelf kon oplossen en zich schaamde. Pas later vertelde hij het aan een ouder en deed hij aangifte bij de politie.

Hoe een gebeurtenis wordt verteld, bepaalt hoe we naar het slachtoffer kijken

	Casus 1: Sarah			Casus 2: Noah		
	1A	2B	Vershil	2A	2B	Vershil
Het slachtoffer had dit kunnen voorkomen	29	48	19	54	63	9
De dader werd door het slachtoffer op het verkeerde been gezet / het slachtoffer gaf de dader gemengde signalen	21	36	15	21	25	4
Het slachtoffer overdrijft waarschijnlijk wat er is gebeurd	12	19	7	11	14	2
Ik voel medeleven met het slachtoffer	83	74	-10	78	76	-2*
Dit was een duidelijk geval van een misdrijf (verkrachting/afpersing)	79	68	-11	89	90	1*

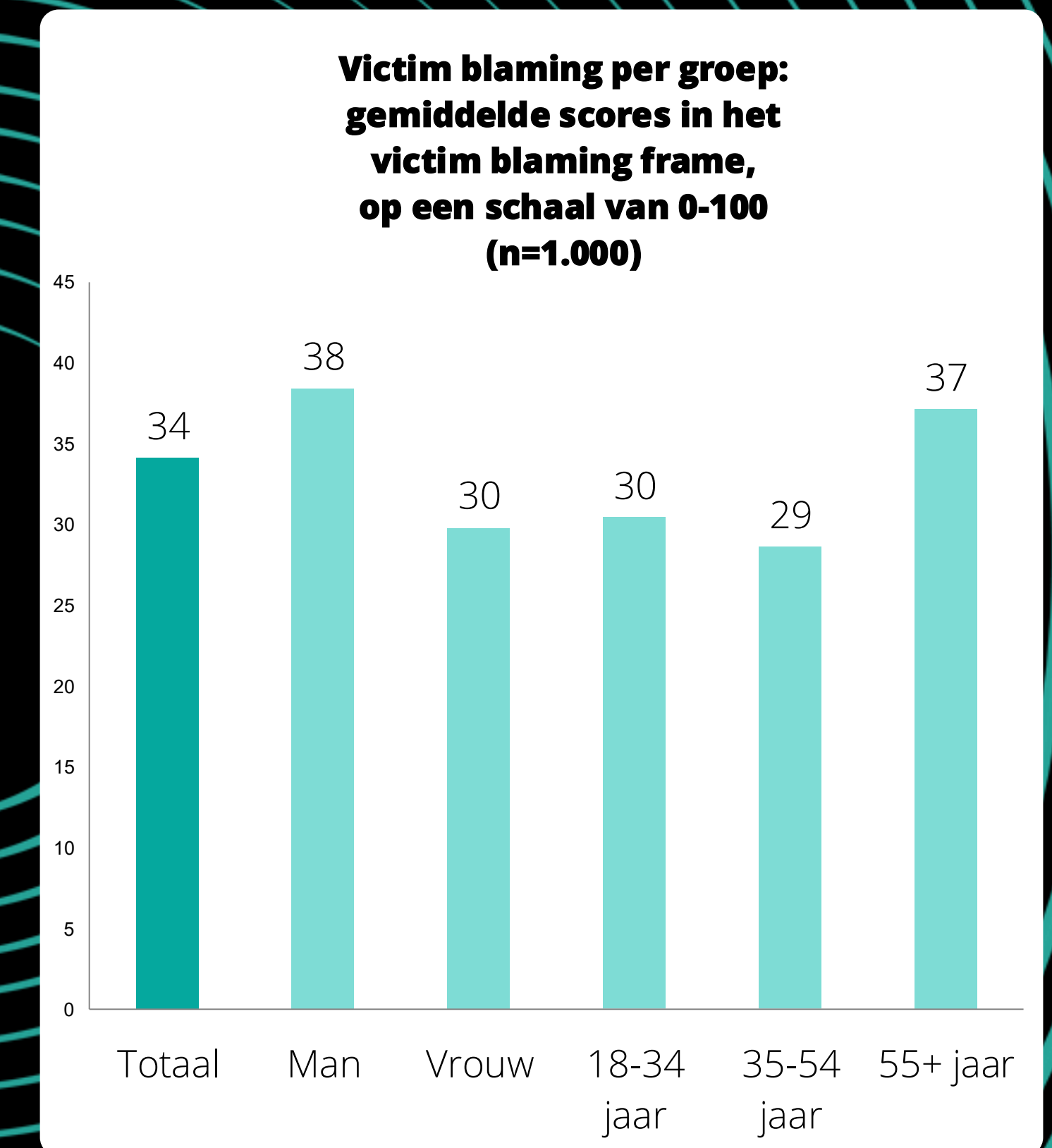
Vraag na het lezen van de casus: *We laten nu een aantal stellingen zien, geef op een schaal van 0 tot 100 aan in hoeverre je het hiermee eens bent. 0 is helemaal mee oneens en 100 is helemaal mee eens.*

*geen significant verschil t.o.v. het neutrale frame

Mannen en ouderen leggen de schuld vaker bij slachtoffers

We keken naar de gemiddelde scores* op stellingen over schuld (slachtoffer had het kunnen voorkomen, overdrijft, gaf verkeerde signalen) en het valt op dat:

1. Mannen zich vaker schuldig maken aan victim blaming dan vrouwen: zij vinden vaker dat het slachtoffer (gedeeltelijk) schuld heeft.
2. Ouderen zich vaker schuldig maken aan victim blaming dan jongeren: 55-plussers leggen vaker verantwoordelijkheid bij het slachtoffer dan jongere leeftijdsgroepen.



*Gemiddelde score van beide casussen (verkrachting en afpersing) in het victim blame frame op stellingen: *Het slachtoffer had dit kunnen voorkomen door anders te handelen* + *Het slachtoffer overdrijft waarschijnlijk* + *Het slachtoffer zette de dader op het verkeerde been / gaf gemengde signalen*.



Om te meten of **woordgebruik** onbewust zorgt voor victim blaming is respondenten dezelfde vraag voorgelegd met één subtiel woordverschil. De ene helft kreeg variant 1 en de andere helft variant 2.

Variant 1

Wanneer je een verhaal hoort van iemand die (online) is opgelicht. Op een schaal van 0 tot 100 hoe waarschijnlijk is het dat dit jou zou overkomen?

50/100

Variant 2

Wanneer je een verhaal hoort van iemand die (online) is opgelicht. Op een schaal van 0 tot 100 hoe waarschijnlijk is het dat jij hier ook in trapt?

41/100

-9

*Vraag: Wanneer je een verhaal hoort van iemand die (online) is opgelicht.
Op een schaal van 0 tot 100 hoe waarschijnlijk is het dat dit jou zou overkomen / dat jij hier ook in trapt?*

*0 = dat zou mij niet overkomen / daar zou ik niet in trappen
100 = dat kan mij ook overkomen / daar zou ik ook in trappen*

Eén woord kan bepalen of je een slachtoffer de schuld geeft

Victim blaming zit dus verborgen in ons taalgebruik:

'overkomen' (50/100) vs. 'in trappen' (41/100)

Het verklarende mechanisme:

Just World Theory: mensen willen geloven dat de wereld rechtvaardig is.

Door slachtoffers de schuld te geven, behouden ze dat gevoel.

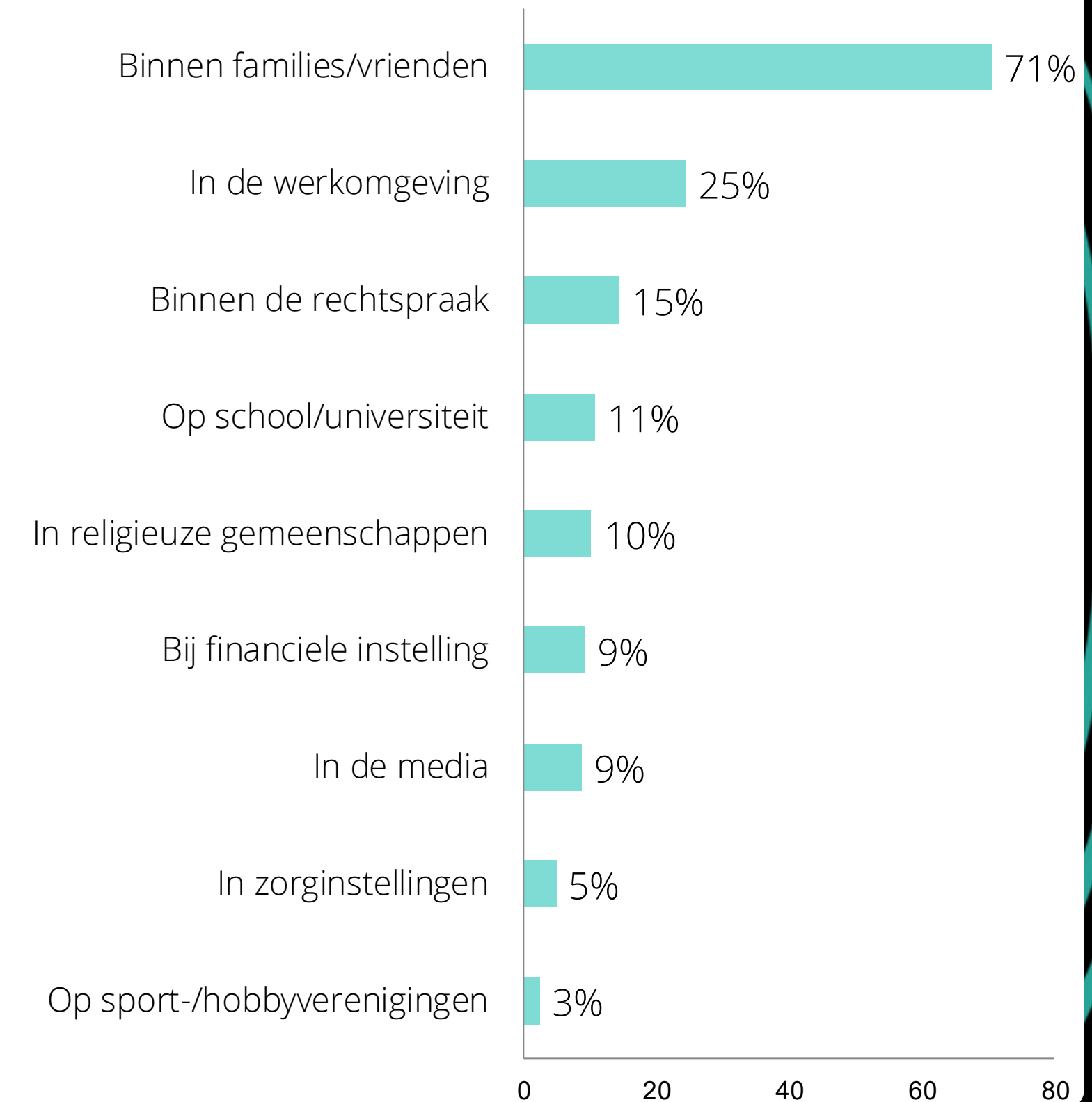
In dit experiment impliceert 'er in trappen' een eigen fout. Hiermee zeggen mensen eigenlijk: "Dit overkomt mij niet, want ik let beter op."

Victim blaming vindt voornamelijk plaats achter de voordeur

- Zeven op de tien (71%) mensen die victim blaming meemaakten, ervaarden dit bij familie of vrienden.

Paradox: De veronderstelde veilige haven is waar slachtoffers zich het meest geoordeeld voelen. Slachtoffers worden wanneer ze hun verhaal vertellen dubbel slachtoffer: eerst door het misdrijf, dan door de mensen van wie ze steun verwachtten.

Waar heb je victim blaming meegemaakt?
(n=140)



“

Het was mijn schuld volgens mijn familie.

”

“

De politie geloofde mij niet, omdat ze de dader 'kennen'.

”

Victim blaming: een knuffel met een “klap”

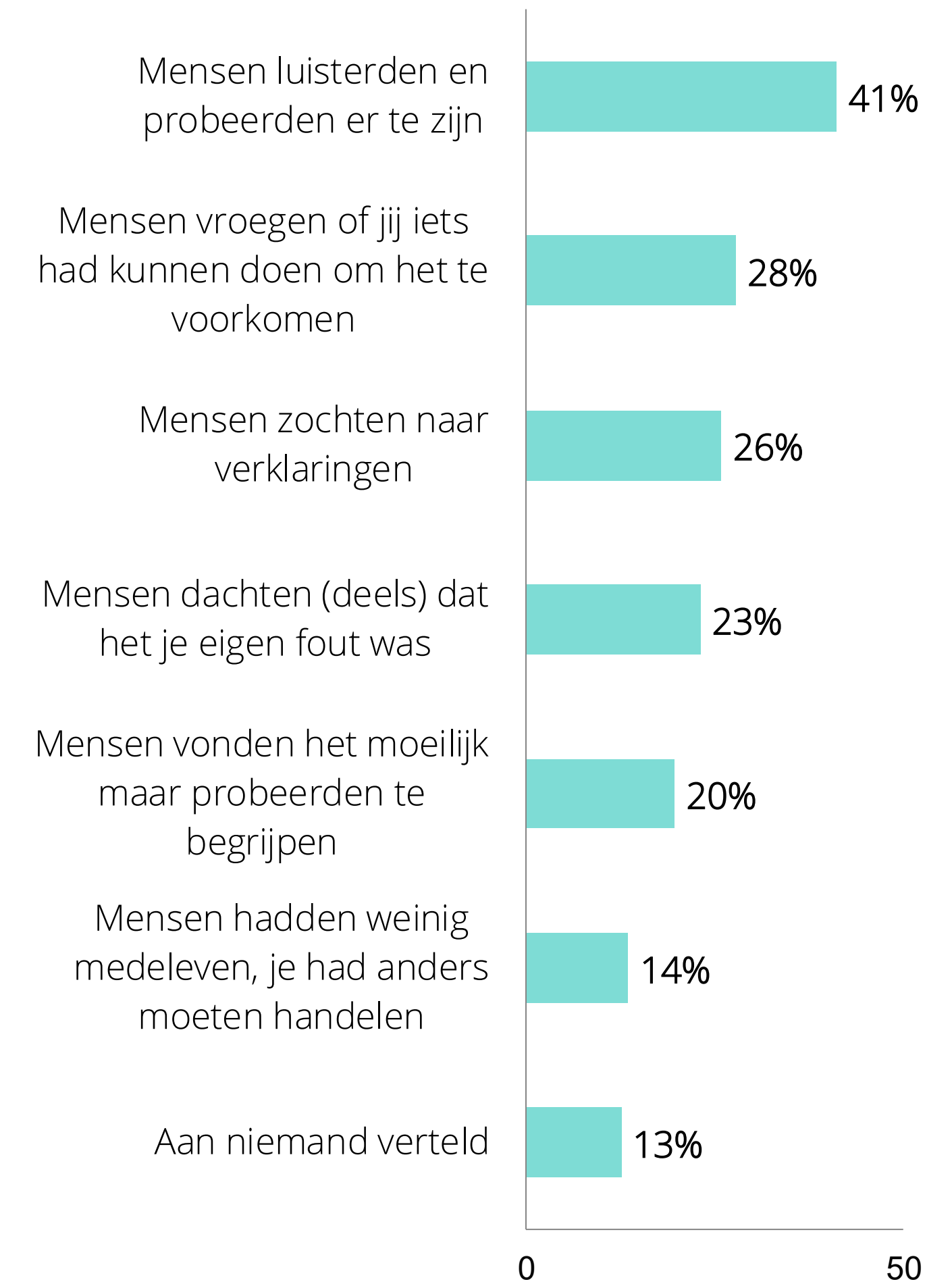
Wat het lastig maakt, is dat victim blaming niet op zichzelf staat.

Mensen die empathie tonen, zoeken tegelijk naar verklaringen om zelf controle te behouden.

Van de slachtoffers die empathie (‘mensen luisterden en probeerden er te zijn’) kregen, kreeg 43% óók een “victim blaming” reactie.

Cognitieve dissonantie: ‘Ik wil helpen’ (empathie) botst met ‘Ik wil dat dit mij niet overkomt’ (Just World Theory). Dit leidt tot steun én schuld in hetzelfde gesprek, dit kan voor slachtoffers extra verwarrend zijn.

Reacties die slachtoffers krijgen (n=393), meerdere antwoorden mogelijk

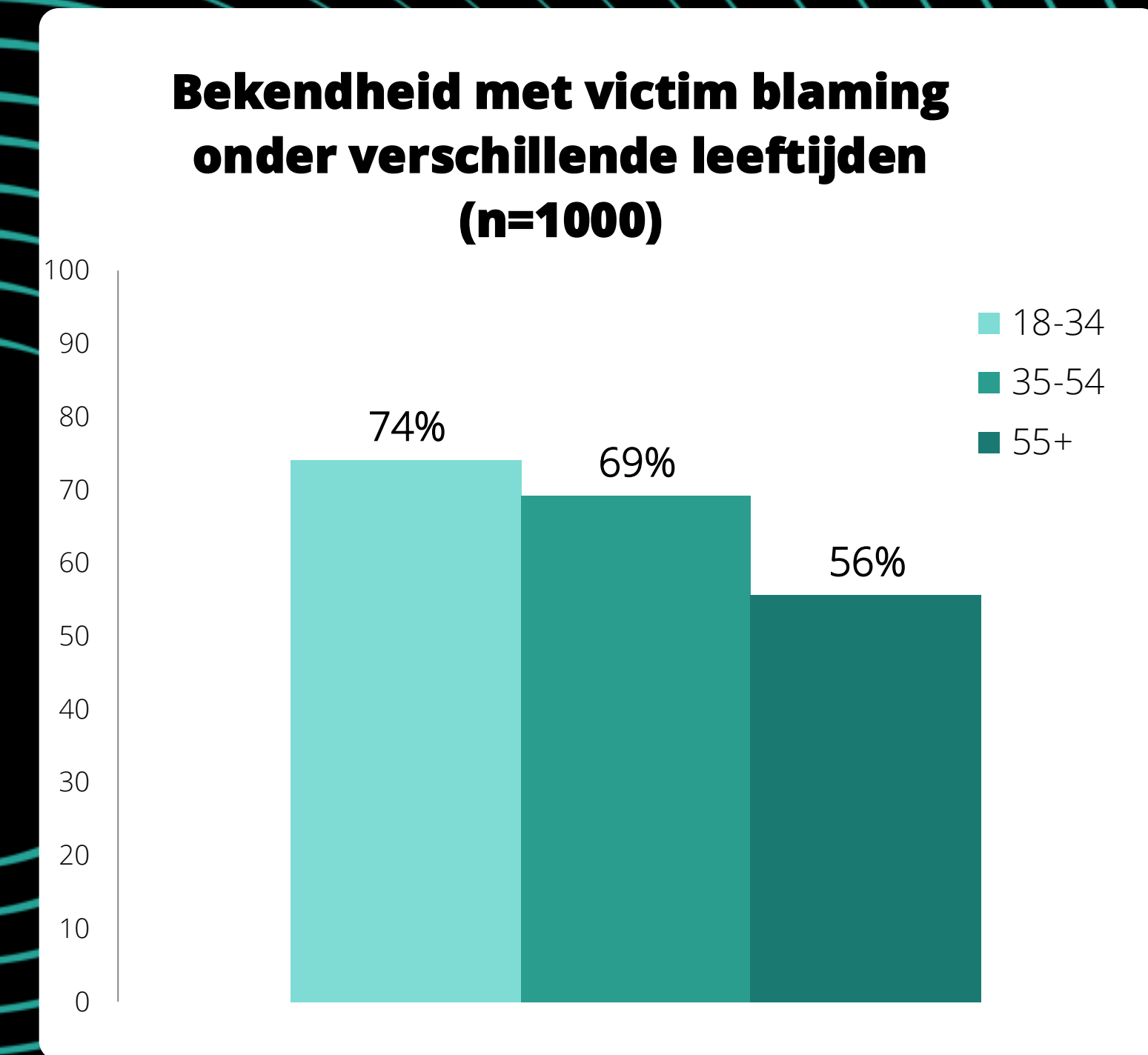


Wie victim blaming meemaakt, herkent het: ook bij zichzelf

1. **Slachtoffers** erkennen vaker dat ze zelf aan victim blaming doen dan niet-slachtoffers (17% vs. 10%).
2. **Ook iemand die een slachtoffer kent**, erkent vaker eigen victim blaming gedrag dan iemand die geen slachtoffers kent (16% vs. 8%).
3. **Vrouwen** herkennen het vaker bij zichzelf dan mannen (16% vs. 9%).

Ook jongeren zijn bekender met victim blaming én reflectiever

1. **Meer bekendheid:** Bijna driekwart (74%) van de jongeren kent de term, tegenover de helft (56%) van de ouderen.
2. **Meer zelfreflectie:** 20 procent van de jongeren denkt wel eens onbewust aan victim blaming te doen, tegenover 7 procent van de 55-plussers.



Victim blaming maakt slachtoffers voor de tweede keer slachtoffer

In de open antwoorden* beschrijven slachtoffers wat victim blaming met hen deed:

1. Slachtoffers gaan geloven dat het aan hen lag.
2. Ze stoppen met praten over wat hen is overkomen en raken geïsoleerd.
3. Ze verliezen vertrouwen in andere mensen, maar ook in instanties zoals politie en rechtspraak.
4. Lopen (langdurige) psychische schade op. Van schaamte en verlies van zelfvertrouwen tot depressie.
5. Victim blaming voelt als een tweede klap, bovenop het misdrijf.

“Op een gegeven moment ga je het nog geloven ook.”

“Dat zorgde ervoor dat ik er later niet meer over praatte.”

“Ik heb geen vertrouwen meer in de rechterlijke macht.”

“Ik zit 40 jaar later nog steeds in therapie. Ik ben het gaan geloven.”

“Je voelt je voor de tweede keer gepakt.”

Uit de analyse van de open antwoorden, vraag: *Kan je uitleggen wat dit toen met je deed?*
Alleen gevraagd aan de mensen die aangaven (misschien) victim blaming te hebben meegemaakt.

*Dit is een kwalitatieve analyse van open antwoorden en geeft een indicatie van de impact.

Hoe wél reageren op slachtoffers?

Wij vroegen slachtoffers in een open vraag* hoe ze hadden gewild dat anderen reageerden. Het valt op dat slachtoffers geen behoefte hebben aan een feitenonderzoek, maar aan empathie:

1. Luister, zonder oordeel
2. Geloof me
3. Erken dat het niet mijn schuld is
4. Neem me serieus
5. Wees er gewoon

“Meer compassie en eenvoudig luisteren zonder meteen te komen met oplossingen en verklaringen.”

“Ik had gehoopt dat mijn vrienden me zouden geloven en me zouden helpen of open stonden voor mijn verhaal.”

“Bevestiging dat het buiten mijn macht lag.”

“Serieus genomen worden en eventueel stappen zetten om mij te beschermen.”

“Een hand op mijn schouder.”

Uit de analyse van de open antwoorden, vraag: *Hoe had je gewild dat anderen op jou hadden gereageerd (bijv. wat zeiden ze of wat deden ze)?* Alleen gevraagd aan de mensen die aangaven (misschien) victim blaming te hebben meegemaakt.

*Dit is een kwalitatieve analyse van open antwoorden en geeft een indicatie van de impact.

“

**Ik zou willen dat anderen rustig naar me luisteren en mij
geloven zonder te oordelen.**

”

