

Kinderloosheid een levenslang gemis

✍ Hermineke Vonk 📷 iStock.com

**‘Kinderen krijgen raakt het wezen
van jouw leven. Maar geen kinderen
krijgen dus ook’**

We zaten bij elkaar. Een groep vrouwen, grotendeels onbekend voor elkaar. Er startte dus een voorstelrondje. “Hoi, ik ben Jannie, getrouwd heb 4 kinderen en...zo leuk...de eerste gaat over een paar maanden trouwen”. “Hoi, ik ben Evelien, inmiddels al bijna 40 jaar getrouwd, 3 kinderen, maar ook al 7 kleinkinderen”. “Mijn naam is Janneke, wij hopen over 5 maanden de 2e te verwelkomen. Echt zo bijzonder”. Zo ging het de kring rond en ik voelde mijn beurt dichterbij komen. Toen was het mijn moment, alle ogen waren op mij gericht. In gedachten had ik willen zeggen: “Hoi, ik ben Hermineke, al 20 jaar getrouwd en wij hebben 90 koeien”. Maar ik viel stil....

In de weken erna kwam deze avond nog vaak in mijn gedachten terug. De antwoorden zeggen veel over de plek van kinderen in de identiteit van veel vrouwen.

Kinderen krijgen raakt het wezen van jouw leven. Maar geen kinderen krijgen dus ook. Dat maakt kwetsbaar. Het raakt je identiteit, je intimiteit en het is levenslang. Daardoor is het mijns inziens een van de meest ingewikkelde rouwprocessen. >



In het boek *In ontwikkeling* is beschreven hoe een 'weg tot herstel', wat een rouwproces in wezen ook is, in veel gevallen gaat. Eenvoudig gezegd onderscheiden we drie fasen:

- 1 > Realiseren
- 2 > Accepteren
- 3 > Waarderen

Deze fasen beschrijf ik hieronder in deze volgorde met betrekking tot een onvervulde kindervens. Helaas is de praktijk hierin vaak weerbarstig, zoals bij alle rouwprocessen. Het kan zijn dat je vreugde vindt in je leven, maar opeens weer met iets geconfronteerd wordt waardoor je weer teruggeworpen wordt in een eerdere fase. Een voorbeeld:

We waren rond de 35 en hadden beiden al voor een heel eind geaccepteerd dat er geen kinderen zouden komen. Zoals we ons leven inrichtten rekenden we niet echt op een baby. Maar op een bepaald moment hadden we een buitenlandse gast in onze Bed and Breakfast en hij sprak een profetie over ons uit. "Over een jaar zouden we een dochtertje in onze armen sluiten." We werden acuut teruggeworpen tussen hoop en vrees. Zou het dan toch...?

1 > Realiseren: het is zo!

Dit is de fase tussen hoop en vrees. Deze fase is herkenbaar in heel veel situaties. De onzekerheid bij ziekte. De onrust bij een dreigende reorganisatie. Het is te vergelijken met de klepel van de klok: links - rechts; hoop - vrees. Bij kinderloosheid gaat deze klepel heel vaak heen en weer. En ik durf te stellen

dat hoe langer en intenser het medische traject is hoe groter de slagen zijn van links naar rechts.

Het is de fase van gunnen en misgunnen - mensen die om je heen zwanger raken, wil je hun blijdschap gunnen, maar dat is niet altijd van harte. Soms heeft jaloezie de overhand en soms kun je oprecht gunnend blij zijn met de ander.

Het is de fase van het worstelen met God. Vruchtbaarheid als belofte én als opdracht. Als zegen of als vloek. God is een God van leven, van vermenigvuldiging. Ziet Hij het ouderschap bij ons niet zitten?

Het kan bij kinderloosheid een hele lange fase zijn. Wij wisten bij ons trouwen al dat er een mogelijkheid was dat we geen kinderen zouden krijgen, maar er was ook altijd een mogelijkheid dat we wél kinderen zouden krijgen. Pas rond je veertigste durf je pas echt te zeggen "het is zo".

.....
'God troost je, en tegelijkertijd heeft Hij de gebeden niet verhoord'
.....

2 > Accepteren: het is goed zo!

Heel veel emoties zijn in de eerste fase al geuit. Maar wanneer de hoop op een zwangerschap vervlogen is, komt het werkelijke rouwen. En iedereen die bekend is met rouw weet dat dit een individueel proces is. Als man en vrouw beweegt hier anders in. Er is dan ook een groot risico dat je uit elkaar groeit. Wat is het belangrijk om de ander te accepteren én

waarderen in het eigen proces. Het is dan ook steeds zoeken naar dwarsverbanden, want het is ook een gemeenschappelijk verlies.

In het proces van accepteren kan ook een schuldvraag meespelen. Het is goed mogelijk dat het 'de schuld' van één van beiden is dat er geen kinderen komen. Deze schuld is een reden voor diverse stellen om niet samen verder te gaan. Is er vergeving nodig?

Dit is de fase waarin God als 'vijand' weer je bondgenoot mag worden. Zo vaak werkt deze beweging ook als een klepel. God troost je, en tegelijkertijd heeft Hij de gebeden niet verhoord. Hij geeft je kracht om verder te gaan, maar Zijn (kinder)zegen gaat aan jouw deur voorbij. Het is cruciaal in deze fase om God (weer) te omarmen. Te geloven dat Hij het beste met je voor heeft. Dat ALLE dingen meewerken ten goede (Romeinen 8:28). Dat Hij je ziet en kent en aan jouw zij meegaat door het leven. Alleen op deze wijze kan Hij weer de (hulp)bron zijn van jouw leven.

3 > Waarderen: vrede en vreugde

Waarderen gaat nog een stuk verder dan accepteren. Mijns inziens is de enige manier om een leven met een gemis te waarderen, door je te richten op de mogelijkheden en zegeningen die je wel hebt. Mijn leven is anders dan een vrouw van mijn leeftijd met kinderen. Ik heb meer mogelijkheden om me dienstbaar te maken, om weg te kunnen, om mezelf te ontplooien. Ik heb mijn leven gevuld met veel dingen waar ik voldoening uithaal. Een deel daarvan

zou ik, wanneer ik een gezin had, waarschijnlijk niet doen. Nu wel. Vaak voel ik me bevoorrecht en ben ik de Heer oprecht dankbaar voor het leven wat ik, samen met mijn man, mag leven. Ik ben oprecht gelukkig, zonder kinderen. Het gemis voorbij, en tegelijkertijd ook niet, want het is een levenslang gemis.



Levenslang

Ik geloof erg in bovengenoemde fasen. Wat is het belangrijk om daar goed doorheen te gaan, waardoor je niet met pijn en verdriet blijft zitten. Tegelijkertijd is een leven in beweging. En wanneer je geen kinderen krijgt, mis je ook alle speciale momenten met 'jouw' kinderen. Ze krijgen nooit hun eerste tandje, hun veterstrikdiploma, hun eerste vriendje, trouwdag. Je herkent nooit jezelf in één van je kinderen... Ook hierin denk ik dat er drie zwaartepunten zijn. >

1 > Nooit eigen kinderen

In deze periode zal de 'weg naar herstel' het heftigst zijn. Het is het definitieve afscheid van een stukje toekomst. De lijn van de generaties stopt hier. Het is het afscheid van een droom, verwachting. Vanaf nu ben je niet meer 'normaal'. Mensen veronderstellen zo vaak dat we wel kinderen hebben. Je kunt nooit meepraten met de moeders op het schoolplein. Je kunt niet je zorgen en vreugden delen over je kinderen met je vriendinnen. Kinderen lijken voor iedereen zo centraal te staan.

2 > Geen opa en oma

Wanneer de weg van herstel goed doorlopen is, verwacht ik dat deze fase minder aangrijpend is. Tegelijkertijd is het opa en oma worden voor veel mensen ook weer levensbepalend. Het schijnt dat er tegenwoordig meer opa's en oma's bij het schoolhek staan dan ouders. Veel grootouders leven voor een belangrijk deel voor hun nageslacht.

*'Hij zorgt voor mij, Hij ziet mij,
Hij zal ons ook dan zien en
vrede geven'*

3 > Alleen oud worden en doodgaan

Wanneer je geen kinderen hebt die naar je omkijken, wie doet het dan? Het is een vraag die me aan kan vliegen. Een vraag die ik vervolgens doorstuur naar de troon van God. Hij zorgt voor mij, Hij ziet mij, Hij zal ons ook dan zien en vrede geven.

Pastorale handreikingen

Het is zinvol om dit artikel af te sluiten met een paar tips. Het is namelijk soms best lastig om het goede te doen bij mensen die leven zonder (eigen) kinderen.

1 > Denk niet voor de ander

Dit is een waardevol principe voor alle pastorale ontmoetingen. Er wordt zoveel voor de ander gedacht en ingevuld. Dit geldt zeker voor kinderloosheid. Anderen denken dat ik het wel lastig zal vinden dat... En dus passen zij hun gedrag aan. De enige mogelijkheid om te weten hoe iemand in een proces staat, is door te informeren (met ongekleurde, open vragen) bij diegene. Ik waardeer dat!

2 > Sluit aan bij de juiste fase

Een aantal jaar geleden vroeg een leerling uit 3 MAVO aan me: "Mevrouw, heeft u ook kinderen?" Dus ik antwoordde ontkenkend. Het was even stil. "Maar gelukkig heeft u wel koeien". Ik begon hard te lachen, ondanks dat het een zeer onhandige opmerking was. De eenvoudige reden daarbij was dat ik vrede had met het gegeven dat we geen kinderen hebben (de laatste fase). Toen ik nog tussen hoop en vrees bewoog was ik na zo'n opmerking waarschijnlijk heel boos geworden. Het lastige is dat je als buitenstaander niet weet in welke fase iemand zit en hoe iemand zal reageren op je opmerkingen. Zie tip 1.

3 > Besef dat het niet over gaat

Dit besef hoeft geen reden te zijn tot dramatiseren. Er zijn ergere dingen. Tegelijkertijd is het wel iets om in het achterhoofd te houden. Tot de dood zal

iemand zonder kinderen daar de ene keer ten opzichte van de ander. En een man meer moeite mee hebben dan de andere kan er weer anders in staan dan een keer. En de ene persoon is weer verschillend vrouw. Vandaar tip 1. ■

'Een levenslang gemis...'

Zaterdag 7 april 2018 vindt bij het Evangelisch College in Zwijndrecht een studiedag plaats over ongewenste kinderloosheid. De studiedag is bedoeld voor pastoraal werkers, kerkelijk werkers/ leidinggevend en indirect betrokkenen.

Eén op de zes stellen in Nederland heeft moeite met zwanger worden en vier procent van deze stellen blijft uiteindelijk ongewenst kinderloos. In de kerkelijke omgeving, waar vaak veel nadruk ligt op het gezin en kinderen, is het voor echtparen die dit betreft moeilijk om staande te blijven. Gevoelens van eenzaamheid, verdriet en boosheid wisselen elkaar af. Hoe ga je hier als pastoraal werker,

leidinggevende of als vriend(in) of familielid mee om? Wat zeg je wel en wat juist niet? Deze dag geeft inzicht in de complexiteit van dit onderwerp en handvatten om hier mee om te gaan.

Met medewerking van **Jorien Ouweneel** (coach en trainer) en **Hermineke Vonk** (docent Evangelisch College), beide ervaringsdeskundig op dit gebied.

Meer informatie of aanmelden kan via de site:
www.evangelisch-college.nl/studiedagongewenstekinderloosheid.html



Hermineke Vonk (1971) woont op een veehouderijbedrijf met B&B in Goudriaan (ZH). Ze is werkzaam bij het Evangelisch College en aldair medeverantwoordelijk voor de Opleiding Pastorale Hulpverlening en als docent Oude Testament betrokken bij de ETS-Bijbelcursus. Daarnaast is zij werkzaam in een eigen pastorale praktijk, Stichting EX IT (stichtingexit.nl). In 2016 is haar boek *In ontwikkeling, pastorale bouwstenen voor het leven* verschenen bij Uitgeverij Merweboek.