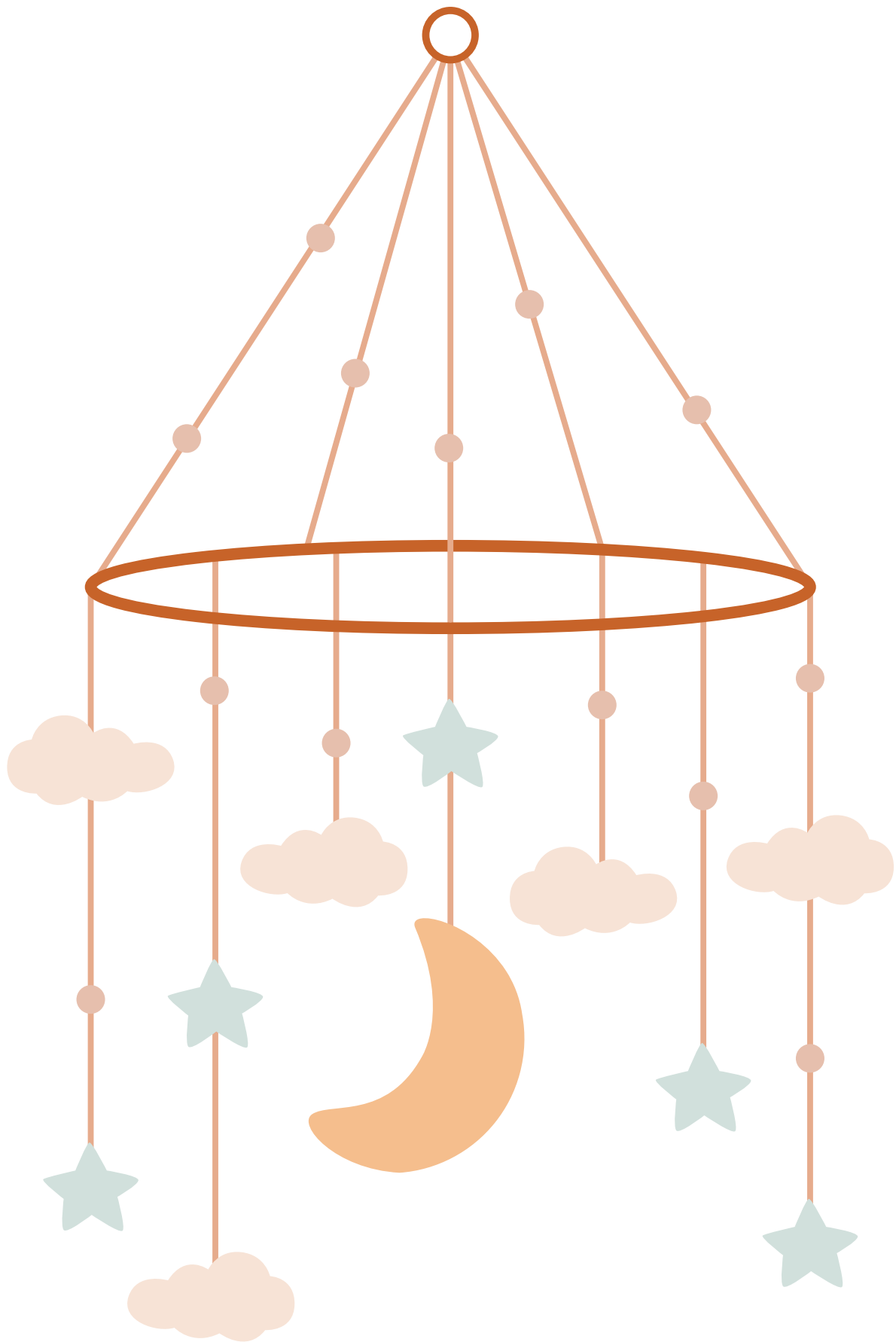




Een huis vol liefde, maar *Over de impact van kinderloosheid* zonder wieg

Ongeveer één op de zes echtparen krijgt te maken met ongewenste kinderloosheid of verminderde vruchtbaarheid. Wat gebeurt er met mensen die te horen krijgen dat er onder hun dak waarschijnlijk geen kinderen geboren zullen worden? **Anne Lize de Bruin** (31) en haar man kregen zo'n boodschap. „Ik kom zelf uit een gezin van negen kinderen. Eerlijk gezegd had ik er geen rekening mee gehouden dat wij geen kinderen zouden krijgen.”

Tekst D. DE BRUIN-PALLAND Beeld HANNO DE VRIES

„Als ik geen moeder word, word ik ook nooit schoonmoeder of oma”

Anne Lize de Bruin houdt van haar man, van kinderen en van mensen. Van contacten met familie, vrienden of bekenden fleurt ze helemaal op.

En blijkbaar houdt ze ook van vogels: het eerste wat je hoort als je de deur van huize De Bruin opent, is het gekwetter van twee pyrrhura's en twee grasparkieten.

Anne Lize: „Onze vogels zijn geen vervanging, hoor. Maar er zijn er wel een paar blij als we thuiskomen. Ze vragen en geven aandacht. Zo mooi!”

Een opmerking die Anne Lize typeert, blijkt al snel: ze zegt rechtuit wat ze kwijt wil. Met anderen praten over kinderloosheid is geen gemakkelijk onderwerp en toch durft ze dat aan. Zelfs een interview, want „stel dat ik hierdoor iets voor anderen kan betekenen.”

Bij jullie was er meteen een kinderwens?

„Misschien wat naïef, maar ik was ervan uitgegaan dat ik vrij snel zwanger zou raken. Ik kom zelf uit een groot gezin en toen we tien jaar geleden trouwden, hadden we al heel wat neefjes en nichtjes.

Omdat we dolgraag kinderen wilden, zijn we na anderhalf jaar al in het ziekenhuis beland voor onderzoeken. Toen kregen we de boodschap dat de kans heel minimaal was dat ik moeder zou worden.

De mogelijkheid is bijna te verwaarlozen. Wij weten op dit moment niet of die kans nog bestaat, maar eigenlijk willen we dat liever ook niet weten. Een heel klein beetje hoop hebben we nog.

We mogen weten dat alles in de hand van de Heere ligt. Dat betekent niet dat het altijd gemakkelijk is, integendeel, maar het mag voor ons wel een gebedszaak zijn.”

Wat deed die boodschap met je?

Aarzelend: „Ik vind het heel lastig om dat goed onder woorden te brengen. Ik zeg liever iets over de gevolgen. Die waren nogal heftig.

Het had op mij zo veel impact dat ik op een gegeven moment mijn werk niet meer kon doen. Mijn lichaam stagneerde. Ik heb een hele tijd thuis gezeten. Daar wordt een mens ook niet beter van.

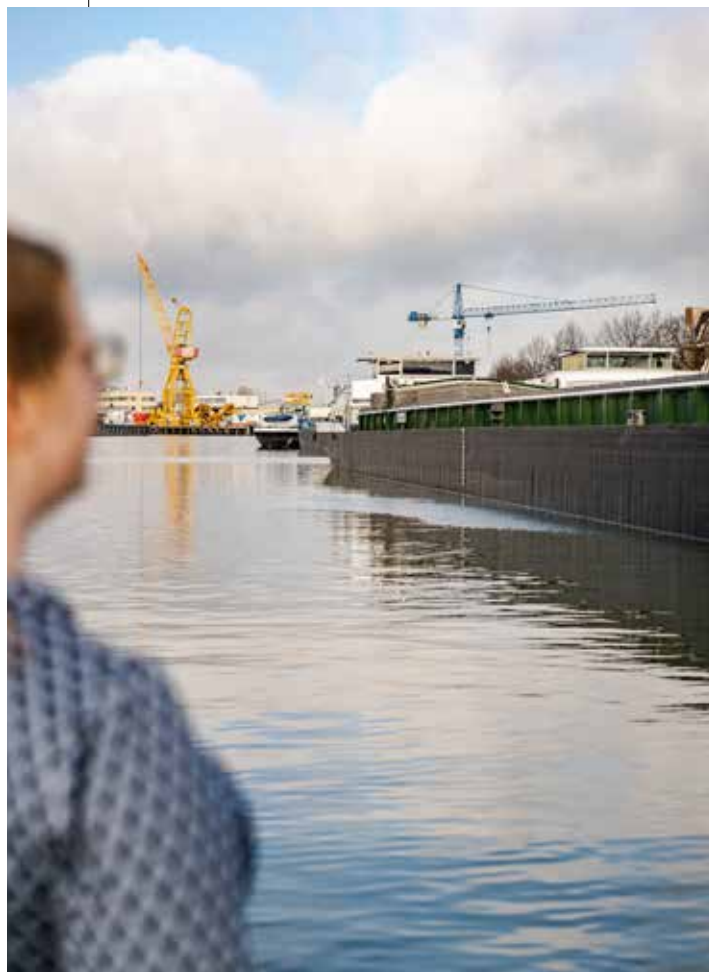
Eén van mijn zussen werkte toen op de afdeling geriatrie van het ziekenhuis. Zij heeft me zover gekregen dat ik er vrijwilligerswerk ging doen.

Ik maakte een praatje met de mensen die in de huiskamer zaten, deed spelletjes met hen of las samen met hen de krant. Ik hielp waar ik nodig was.

Nooit had ik kunnen bedenken dat ik in de zorg zou gaan werken, want als ik een ziekenhuis binnenkwam, kreeg ik het spontaan benauwd.

Mijn omgeving heeft me ervan kunnen overtuigen dat ik een zorghart heb. Om een lang verhaal kort te maken: ik ben later aangenomen in de gehandicaptenzorg bij *Adullam*.

Ik kreeg daar de mogelijkheid om de bbl-opleiding Helpende en zijinstroom te doen. Ik ben begonnen in Alblasserdam en sinds anderhalf jaar werk ik in Put-



„Meestal kan ik mijn zegeningen tellen. Maar soms kom ik weer even in de put terecht”

Anne Lize de Bruin

tershoek, nu op de groep ouderen met een meervoudige beperking.”

Heb je nu de moeilijkste periode achter de rug?

„Dat is moeilijk te zeggen, maar ik ga graag naar mijn werk en kan over het algemeen mijn zegeningen weer tellen. De Heere geeft me nog zo veel.

Ik heb gesprekken gehad met een psycholoog. Dat zie ik als een verrijking. De drempel om naar haar toe te gaan was wel erg hoog; daarmee gaf ik toe dat ik het alleen niet redde. Nu weet ik dat het helemaal niet erg is om bij anderen aan te kloppen voor hulp.”

Dit klinkt allemaal moedgevend.

Lachend: „Inderdaad. Maar er zijn momenten dat ik weer eventjes in de put terecht kom. Dan kan ik het opeens niet meer aan.

Dan gebeurt er iets, vaak onverwacht, waardoor ik geconfronteerd word met ons gemis. Zoals laatst tijdens een avond van de vrouwenvereniging.

Na een lezing: gingen we in groepjes met elkaar praten. Eén van de vragen was: ‘Mag iemand die geen kinderen heeft jaloers zijn op iemand die wel kinderen heeft?’ En wordt er tijdens verjaardagen niet vaak zo veel over kinderen gepraat dat we in de hand werken dat iemand jaloers wordt?’ Ik begon spontaan te huilen en ben weggelopen.

De manier waarop ze me toen hebben opgevangen was hartverwarmend. Aan het eind van die avond heb



ik de microfoon gevraagd en uitgelegd dat ik iedereen echt hun kinderen gun, maar dat het me af en toe even aanvliegt.”

Wordt er op verjaardagen vaak over kinderen of kleinkinderen gepraat?

„Ja, echt wel. Ik ben weleens weggegaan tijdens een verjaardag. Toch kan ik begrijpen dat mensen dan over hun kinderen gaan praten. Het is voor hen een makkelijk gespreksonderwerp. Maar voor mensen die geen kinderen hebben is het moeilijk. Soms praat ik dan over mijn neefjes en nichtjes, maar dat voelt toch anders.

We waren eens voor het eerst bij een stel op de kof-fie. Ze praatten de hele avond over hoe geweldig hun kinderen waren. We zijn nooit weer bij hen geweest.

Op zich heb ik er geen moeite mee dat mensen over hun kinderen praten, want die zijn belangrijk voor hen. Maar mag het ook over andere dingen gaan?

Het komt weleens voor dat we bij een collega van *Adullam* op visite zijn. Dan doen bijvoorbeeld drie personen ongeveer hetzelfde werk, terwijl de vierde een heel andere baan heeft. Voor die vierde persoon is het toch ook niet leuk als we een hele avond alleen maar over de zorg praten?

Waar het op aankomt, is of je interesse en belang-stelling hebt voor de ander. Als dat zo is, dan ga je niet voortdurend over jezelf praten, over je kinderen, je kleinkinderen of je werk.”

Zijn jullie vanaf het begin open geweest over jullie kinderwens?

„Toen ik anderhalf jaar na ons trouwen nog niet in ver-

„De Heere gaf ons allebei een baan bij *Adullam*. Dat zien we als een soort tweede gezin”

Anne Lize de Bruin

wachting was, hebben we aan onze families en vrienden gevraagd of ze niet geheimzinnig wilden doen wanneer iemand zwanger was. We wilden graag meeleven.

Met mijn moeder heb ik er altijd fijn over kunnen praten. Ze gaf me verschillende adviezen. Mijn cyclus was en is nogal onregelmatig en daarom deed ik de eerste jaren heel wat zwangerschapstesten. Toen zei mijn moeder: ‘Anne, doe dat niet. Het is niet goed voor jou en ook niet voor je portemonnee. Het geeft zo veel spanning en onzekerheid!’

Zij wees me ook op Psalm 113, waar staat dat de

Heere de onvruchtbare doet wonen met een huisgezin. Ook raadde ze me aan om 'gewoon' naar kraamvisites te gaan om niet verbitterd te raken."

Hebben jullie veel steun gehad?

„Zeker weten. Ik besef dat dit samenhangt met de manier waarop we zelf reageren. Er zijn mensen die als een muur om ons heen stonden en nog staan.

We hebben een speciale band met onze neefjes en nichtjes. Ze komen graag bij ons en wij bij hen. Eén nichtje is naar me vernoemd, Rosa Lize. Een ander nichtje mocht ik in de kerk brengen toen ze gedoopt werd.

Kinderen van onze vrienden laten regelmatig tekeningen bij ons achter. En toen één van mijn vriendinnen zwanger raakte, heeft ze me bij het hele proces betrokken. We gingen samen dingetjes kopen voor de kleine. Ik voelde me meegenomen en kon daar enorm van genieten.

Maar de meeste steun hebben mijn man en ik gelukkig aan elkaar kunnen geven."

Wat wil je daarover kwijt?

„We hebben veel gepraat samen, zijn heel open naar

Drie tips van Anne Lize voor omstanders

- „Praat in gezelschap niet altijd over je kinderen of kleinkinderen."
 - „Heb belangstelling voor de ander en voor zijn of haar omstandigheden."
 - „Heb oog voor mensen die geen kinderen of kleinkinderen hebben, gehuwd of ongehuwd."
-

elkaar. We zijn steeds verder naar elkaar toegegroeid. Het zal best waar zijn dat een man de dingen anders verwerkt dan een vrouw, maar we weten ons hierin helemaal één. We mogen ons verdriet samen dragen.

We mogen weten dat er Eén boven ons staat Die regeert en Die goed is. Dit zijn geen woorden die gemakkelijk over onze lippen komen, maar ze zijn zó waar.

Soms vroeg iemand aan wie van ons het ligt dat er geen kinderen komen. We vinden het fijn als mensen het aandurven om met ons over onze kinderloosheid te praten, maar dié vraag vinden we niet gepast. Juist omdat het iets van ons samen is, gaan we die vraag dan ook niet beantwoorden."

Maken mensen wel vaker ongepaste opmerkingen?

„Het raakt ons pijnlijk als iemand die een zesde kindje verwacht, zegt: 'Het had voor mij niet gehoeven, want wij hebben het al zo druk'.

Vlak na ons trouwen ben ik gestopt met roken. Toen zijn er heel wat kilo'tjes bij gekomen. Veel mensen vroegen toen of ik zwanger was. Dat vond ik moeilijk.

Ook is het niet fijn als mensen onbedoeld nare grappjes maken. En er zijn mensen die net doen alsof zij precies weten hoe wij ons als kinderloos echtpaar voelen. Dat vertellen ze ons dan. Dat vinden we heel vreemd."

Wat is voor jou het moeilijkst als het over kinderloosheid gaat?

Anne Lize denkt een poosje na. Zegt dan dat ze dat toch wel een lastige vraag vindt. „Dan denk ik vooral aan de toekomst. Als ik geen moeder word, word ik later ook nooit schoonmoeder of oma.

Als we oud mogen worden, zullen er geen kinderen of kleinkinderen om ons heen staan. Worden we dan niet heel eenzaam?

Mijn schoonvader is overleden, maar mijn schoonmoeder heeft wel haar kinderen en kleinkinderen in de buurt. Dat is toch een groot voorrecht?

Ik weet dat in de Bijbel staat dat we ons geen zorgen moeten maken voor de dag van morgen, maar wij zijn wel mensen en de duivel zit niet stil. Hij probeert ons te

pakken op onze zwakste punten en ons weg te trekken van de Heere."

Hebben jullie erover nagedacht om langs een medische weg kinderen te krijgen?

"We zijn ervan overtuigd dat een mens geoorloofde middelen mag gebruiken, maar wij hebben er zelf niet de vrijmoedigheid voor.

Een paar jaar geleden hebben we dit onderwerp besproken met onze toenmalige predikant en die verwees ons naar de NPV. Eerlijk gezegd hadden we graag van hem gehoord wat we wel of niet mochten doen, maar zo eenvoudig ligt dat dus niet. Uiteindelijk hebben we besloten om niet verder te gaan in het medische circuit.

Ook voor adoptie of pleegzorg staan we op dit moment niet open. We zijn veel te bang dat we het dan doen omdat we zelf zo graag kinderen willen. Het is nogal wat om kinderen uit hun eigen omgeving te halen, hoewel we natuurlijk ook best de positieve kanten ervan zien.

Wij zien de weg die wij moeten gaan niet los van wat de Heere met ons leven wil. Hij gaf ons allebei een baan bij *Adullam* en dat zien we als een soort tweede gezin."

Kun je dat uitleggen?

"Bij *Adullam* kunnen we veel liefde kwijt en we hebben daar een grote verantwoordelijkheid. We mogen zorgen voor de bewoners en hun iets meegeven. We kunnen met hen praten over het enige nodige.

Het zijn natuurlijk niet onze eigen kinderen of familieleden, maar soms toch ook weer een beetje wel, als je begrijpt wat ik bedoel."

Hebben jullie ook contact met lotgenoten?

"Wij zijn niet bewust op zoek gegaan naar lotgenoten, maar er zijn er wel een paar op ons pad gekomen.

Met een vriendin die ook geen kinderen heeft, heb ik een speciale band. Samen zijn we naar een middag van Revoke geweest, naar een bijeenkomst over medische behandelingen.

Wij kunnen elkaar echt tot steun zijn. We zijn ook bevriend geraakt met een echtpaar dat de zeventig al is gepasseerd. Ook die contacten zijn heel waardevol."

♦ Lees: meer op pagina 18.

9 *Tips van Anne Lize voor kinderloze echtparen*

- 1 „Wees open, zeker naar mensen die je goed kent; dat betekent niet dat je alles hoeft te zeggen.”
- 2 „Als je denkt dat anderen je beschouwen als een **buitenbeentje**, raak je er steeds meer van overtuigd dat dit zo is. Denk dat niet; ieder mens is uniek.”
- 3 „Sta jezelf toe om te **rouwen** over een kind dat er nooit is geweest.”
- 4 „Blijf ‘gewoon’ **naar kraamvisites gaan**, naar doopdiensten en andere bijeenkomsten waar kinderen in het middelpunt staan.”
- 5 „Besef dat een **zinnig leven** niet afhangt van het wel of geen kinderen hebben.”
- 6 „Bedenk hoe je een zinvolle inhoud kunt geven aan een leven zonder kinderen; we hebben allemaal **talenten** van de Heere gekregen.”
- 7 „Het is belangrijk om alle zorgen **bij de Heere neer te leggen**; de Heere heeft een doel met ons leven, ook (en zeker) als je geen kinderen krijgt.”
- 8 „Zoek hulp voor de **verwerking** van kinderloosheid. Het kan verder helpen in het rouwproces. Ga eventueel op zoek naar lotgenoten.”
- 9 „Blijf je **zegeningen tellen**. Let daarbij op de dingen die je nog wel hebt.”



DEEL 2 ♦ ASTRID BOKHORST

„Maak keuzes voordat je een traject ingaat”

Als een echtpaar te maken krijgt met verminderde vruchtbaarheid, wat dan? Doe je iets of niets? De *Nederlandse Patiëntenvereniging* (NPV) ontwikkelde een keuzehulp – een soort online cursus – om antwoorden te zoeken op dit soort vragen. Beleidsadviseur Advies & Toerusting **Astrid Bokhorst**: „Het is de bedoeling dat een echtpaar verder komt in zijn denken.”

Tekst D. DE BRUIN-PALLAND *Beeld* ANNEKE VAT-PUL

Dat er behoefte was aan informatie rond verminderde vruchtbaarheid, wisten ze bij de NPV allang. Van heinde en ver kwamen mensen naar Veenendaal om een avond rond dit thema te bezoeken.

Toen dat tijdens corona niet langer was toegestaan, besloot de NPV om dezelfde informatie aan te bieden via een online keuzehulp. Nu kunnen mensen thuis op hun eigen tijd rustig nadenken over de stappen die mogelijk zijn.

Hoe werkt de keuzehulp precies?

Astrid: „De keuzehulp is een instrument dat je helpt om als man en vrouw het gesprek over dit tere onderwerp aan te gaan. Een echtpaar zal ongeveer twee keer anderhalf uur nodig hebben om de keuzehulp door te werken.

Je maakt eerst een account aan, zodat je op elk gewenst moment kunt stoppen. Op een later tijdstip kun je dan de draad gewoon weer oppakken.

In de keuzehulp vind je veel informatie. Daarnaast zijn er filmpjes, ervaringsverhalen en opdrachten. Na het bekijken van een filmpje krijgt een echtpaar bijvoorbeeld de vraag wat dit filmpje met hen deed. Wat spreekt aan en wat juist niet?

Regelmatig moeten man en vrouw een opdracht samen maken. Soms staat er nadrukkelijk bij dat ze het apart moeten doen, waarna ze later hun uitkomsten gaan vergelijken. Niet om de onderlinge verschillen te vergroten, maar juist om man en vrouw zo dicht mogelijk bij elkaar te houden.”

De keuzehulp geeft dus handvatten. Geen voorschriften?

„Voorop staat dat een echtpaar zelf de beslissingen neemt. De keuzehulp is een soort hulpmiddel voor mensen die op kruispunten in hun leven staan. Ze moeten afwegingen maken die op zulke momenten te ingewikkeld kunnen zijn. Wij vullen hun kennis aan, geven

♦ CV ♦

Astrid Bokhorst (56) volgde na de middelbare school de hbo-v. Ze ontdekte dat ze meer voldoening haalde uit het één-op-één-contact dan uit de fysieke zorg voor patiënten. Ze ging rechten studeren. Inmiddels werkt ze bijna dertig jaar bij de NPV. Ze is daar beleidsadviseur Advies & Toerusting.

informatie over praktische zaken en reiken Bijbelse overwegingen aan.

Daarbij vertellen we wel heel duidelijk waar voor ons de ondergrenzen liggen. Het kind dat geboren wordt, moet bijvoorbeeld genetisch van het echtpaar zijn, niet van een andere man of vrouw. En elke techniek waarbij pril leven bedoeld of onbedoeld vernietigd wordt, is voor ons een niet-begaanbare weg. Voor de rest geven wij slechts aan wat mee kan spelen bij de lastige beslissingen die genomen moeten worden.

De keuzehulp biedt ook handvatten ter voorbereiding op een gesprek met artsen. We horen van echtparen dat ze fijne gesprekken hadden in het ziekenhuis, maar ook het tegenovergestelde komt voor.

Ik weet van een stel dat afzag van verder medisch ingrijpen. Later lazen ze in hun dossier dat er ‘niet langer sprake was van een kinderwens’. Dit raakte hen diep. Ze voelden zich niet begrepen.”

„Een stel zag af van medisch ingrijpen. Later lazen ze in hun dossier dat er ‘niet langer sprake was van een kinderwens’. Dit raakte hen diep”

Astrid Bokhorst

Anne Lize vertelt dat hun predikant hen doorverwees naar de NPV. Gebeurt dat vaak?

„Ja, dat gebeurt regelmatig. Dat vinden we mooi, want de NPV beschikt over meer kennis van zaken.

Deze predikant is zich er duidelijk van bewust dat Anne Lize en haar man zelf de beslissingen moeten nemen. Dat een predikant daarbij pastorale begeleiding biedt en meedenkt over wat Bijbels verantwoord is, juichen we van harte toe.

We merken dat echtparen het ook in de eigen kerk lastig vinden om het onderwerp bespreekbaar te maken. Dat kan echt eenzaam maken.”

Dit echtpaar heeft besloten om af te zien van medisch ingrijpen. Zou je hun aanraden om alsnog gebruik te maken van de keuzehulp?

Astrid denkt een poosje na. „Het is vooral onze taak om informatie te bieden. Het is niet onze taak om mensen op andere gedachten te brengen. Het enige wat wij ons altijd afvragen is of ze alle aspecten lieten meewegen bij het bepalen van hun keuze.

Als Anne Lize en haar man de problematiek samen al van alle kanten hebben bekeken, dan is dat goed.”

Heeft de keuzehulp de thema-avonden van vroeger vervangen?

„Deels. De keuzehulp geeft vooral de hoofdlijnen weer. Als een echtpaar de keuzehulp heeft afgerond, dan komen ze terecht in een online bibliotheek met boektitels en verwijzingen naar websites, met vooral verhalen van ervaringsdeskundigen.

Daarnaast is er de mogelijkheid tot een online gesprek met één van de gynaecologen die meegewerkt hebben.

Ten slotte kan een echtpaar naar Veenendaal komen voor een verdiepende bijeenkomst. Die bijeenkomst is alleen bedoeld voor echtparen die de keuzehulp hebben gedaan.”

Wat is de reden dat alleen zij welkom zijn?

„Het is belangrijk dat iedereen op dat moment dezelfde

„We merken dat echtparen het ook in de eigen kerk lastig vinden om het onderwerp bespreekbaar te maken. Dat kan echt eenzaam maken”

Astrid Bokhorst

voorkennis heeft. Er is dan met name ruimte voor overgebleven vragen op ethisch en relationeel gebied.

Bij dat laatste gaat het dan vooral over de relatie tussen man en vrouw binnen het huwelijk. Hoe blijf je onderling goed verbonden, terwijl je toch van mening kunt verschillen over thema's die je beiden raken?

Wij benadrukken graag dat je je als echtpaar vooral van te voren goed moet verdiepen in de thematiek. Voordat je op weg gaat, een traject in, moet je keuzes maken.

En dit alles kan niet zonder het gebed om de zegen van de Heere.” ♦