

Zo, nog steeds geen baby?

Psycholoog Yvonne Prins (38) schreef een 'survivalgids' voor vrouwen die geen kinderen kunnen krijgen. Doe dat kraambezoek toch maar.

MARIEKE MONDEN



Yvonne Prins: 'Het idee dat de samenleving maakbaar is, is een vloek. Als je niet gelukkig bent, doe je niet genoeg je best.'

FOTO JAN VAN BREDA

'Heb je al kinderen?' is voor vrouwen die wel kinderen willen, maar niet hebben, misschien wel de meest gevreesde vraag. Psycholoog Yvonne Prins schreef een boek voor mensen die geen kinderen hebben, maar wel zouden willen. Ze noemt het een survivalgids: "Veel boeken zijn gericht op de manieren om tóch kinderen te krijgen. Maar ik ben psychologe, ik wil vrouwen helpen bij het omgaan met een onvervulde kinderwens."

Prins heeft zelf cystic fibrosis, een ernstige en progressieve longziekte. "Vanaf mijn vijftiende wist ik al dat zwanger worden moeilijk zou zijn. Ook na mijn longtransplantatie veranderde die situatie niet. De zwangerschappen van getransplanteerden zijn geen succesverhalen." Eigenlijk wilde ze haar eigen ervaring helemaal buiten het boek houden. De uitgever drong aan en Prins stemde in. "Geen kinderen kunnen krijgen is een taboeonderwerp, dus als ik niets had geschreven, had ik dat ook mee in stand gehouden."

Prins besloot het boek te schrijven toen ze in contact kwam met een vrouw die etentjes meed uit angst voor de gesprekken van moeders over

hun kinderen. In Nederland bezoekt één op de tien paren de huisarts in verband met vruchtbaarheidsproblemen. Van de vrouwen zonder kinderen noemt 45 procent zich onvrijwillig kinderloos. Ongeveer de helft van hen noemt lichamelijke redenen. De andere helft heeft merendeels geen partner. "Ik denk dat de groep ongewenst kinderlozen nog groter is. Veel van de overige vrouwen zeggen dat ze een carrière hebben of dat hun partner niet wilde, maar dat is denk ik ook een manier om ermee om te gaan."

Waarom vragen mensen of er kinderen komen? Dat is toch een veel te persoonlijke vraag om aan iedereen te stellen? "Ik denk dat wij geprogrammeerd zijn om ons voort te planten. Dus vinden mensen het vanzelfsprekend dat er op een gegeven moment kinderen komen. Ze zijn nieuwsgierig wanneer dat moment aanbreekt. Het wel of niet hebben van kinderen raakt mensen erg. Ze worden zenuwachtig als er geen kinderen komen. Er is een druk om aan de norm van twee kinderen te voldoen, dus na een eerste kind gaan mensen naar het tweede vragen."

De vragers bedoelen het meestal niet naar, vergoelijkt Prins. Vaak denken mensen er helemaal niet aan dat

zwanger raken ook niet kan lukken. En dat terwijl toch jaarlijks 17.000 ivf- en icsi-behandelingen worden uitgevoerd, die door de betrokkenen vaak als heel zwaar worden ervaren. "Bij de generaties voor ons was het nog veel meer: kinderen neem je niet, die krijg je. Maar het idee dat de samenleving maakbaar is, is een vloek. Je moet gelukkig zijn en als je dat niet bent, doe je gewoon niet genoeg je best."

Mensen hoeven van Prins niet op te houden met informeren naar zwangerschappen: "Je kunt best naar een kinderwens vragen. Zeker bij goede

dat je antwoord moet geven als je iets gevraagd wordt. Maar ik denk dat mensen zich goed moeten realiseren dat ze op dit soort vragen niet hoeven te antwoorden. Je kunt ook zeggen dat je de vraag te persoonlijk vindt. Het is ook goed als mensen vooraf bedenken wie ze wat willen vertellen, zodat ze niet overvallen worden door mensen. Mogen collega's het weten? En vrienden? Met een standaardreactie kunnen mensen makkelijker antwoorden."

Prins gaat in het boek uitgebreid in op alle afwegingen en antwoorden. Ze pleit er niet voor de kinderwens

len, maar dan nog zijn er natuurlijk stellen waarbij de één wel wil, maar de ander niet. Toch adviseer ik vrouwen er niet al bij de eerste date naar te vragen. Het schrikt mannen af, ze voelen zich onder druk gezet."

Prins adviseert in het boek hoe mensen de behoefte om te zorgen toch kwijt kunnen.

"Het is natuurlijk absoluut geen vervanging en ik zou ook uitkijken om het bij anderen te opperen, maar soms is het voor mensen toch prettig om een hond te nemen. Als mensen het aankunnen, kunnen ze ook met de kinderen van vrienden eens naar de bioscoop gaan. Moeten ze wel duidelijk zeggen waarom, want voordat je het weet zit je met het hele gezin in de bioscoop. Ik ben dol op kinderen, dus ik vind het leuk om langs te gaan bij mensen met kinderen. Als het je ligt, kun je ook vrijwilligerswerk met kinderen zoeken."

Hoe leuk contact met kinderen ook kan zijn, het kan ook pijnlijk confronterend zijn. Prins adviseert mensen geen kraambezoeken en kinderfeestjes te mijden. "Op korte termijn is dat prettig, maar op de lange termijn niet. Het is bijvoorbeeld wel handiger bij een kraambezoek niet op de eerste dag te gaan – als moeder al uit bed is, het iets minder confronterend. Of ga naar feestjes als het voor de meeste kinderen tijd voor het middagslaapje is. Of spreek af samen met een vriendin zonder kinderen te gaan."

Als het echt te moeilijk is, zijn al die pijnlijke feestjes natuurlijk wel te vermijden. Prins: "Maar laat mensen dan merken dat je wél aan ze denkt. Verjaardagen van kinderen negeren, dat kan niet. Maak ook een afspraak met jezelf als je het heel lastig vindt: na een uur mag je weg."

'Moet ik je vrouw even zwanger maken? Mensen zeggen dat soort botte dingen echt!'

vrienden en bekenden. Als je niet uitgaat van de vanzelfsprekendheid dat er altijd kinderen komen, kun niet veel verkeerd doen. Zo lang je je maar realiseert dat het wel een heel persoonlijk iets is en dat het ook een heel gevoelig onderwerp kan zijn."

Ze kent de stuitende opmerkingen die vooral mannen kunnen maken. "Van die verschrikkelijke vragen als: 'Moet ik je vrouw even zwanger maken?' Niet te geloven, maar mensen zeggen dat soort botte dingen echt! Voor mannen raakt vruchtbaarheid heel erg aan hun mannelijkheid; dat leidt kennelijk tot dit soort verschrikkelijke grappen."

Hoe moeten vrouwen dan reageren als er naar kinderen wordt gevraagd, maar ze bang zijn voor dit soort reacties? "We zijn opgevoed met het idee

helemaal stil te houden: "Als mensen weten waar je mee bezig bent, kan het ook een hoop vervelende vragen voorkomen."

Het bespaart je ook de negatieve typering die anderen op vrouwen zonder kinderen plakken. "Er is onderzoek gedaan: mensen vinden vrouwen die zich niet voortplanten egoïstisch en onvolwassen. Dat is sowieso geen leuk idee, maar het is helemaal vervelend als je wel kinderen had gewild."

Niet alleen vruchtbaarheids- en gezondheidsproblemen spelen een rol, het vinden van de juiste vader is voor veel vrouwen ook geen sinecure. "Tegenwoordig is het misschien iets makkelijker doordat je via internet-daten wel sneller in contact kunt komen met mannen die kinderen wil-

ADVERTENTIE



Geef uw kind meer zelfvertrouwen

Groepstrainingen voor kinderen en jongeren:

STERK!, STERK@faalangst en STERK@scheiding

020 627 69 12 • www.trainingsbureauvoorkinderen.nl

TRAININGSBUREAU VOOR KINDEREN