

Beschuit
zonder
muisjes



Beschuit
zonder
muisjes

Als je lang moet
wachten op een baby

MARIJE VERMAAS & MARTINE VAN BLAADEREN

UITGEVERIJ BOEKENCENTRUM, ZOETERMEER

ISBN 978 90 239 2655 9

NUR 711

Vormgeving omslag en binnenwerk Studio Vrolijk

Foto omslag Getty Images / Sandy Nicholson

© 2012 Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Alle rechten voorbehouden

www.uitgeverijboekencentrum.nl

Inhoud

Voorwoord	6
Even voorstellen	9
1 Jullie kinderwens	12
Zo vruchtbaar mogelijk	25
2 De medische mallemolen	27
3 Hoe vertel je het aan familie en vrienden?	43
4 Verschil man/vrouw	51
Relatiecheck	60
Wat zijn je verwachtingen?	61
5 Waar moet je mee dealen?	63
De waslijst	91
6 God, waarom?	92
Jezus en de vrouw met de bloederziekte	109
7 God blijven zoeken	112
Maak een mindmap	129
8 Heb elkaar lief!	130
9 Kinderloos in de kerk	141
10 Voor meelezers: hoe leef je mee?	149
Column - Zacharias	165
11 Adoptie, pleeggezin of geen kinderen?	167
Verklarende medische begrippenlijst	182
Literatuurlijst	185
Grazie!	186

Voorwoord

**Aardbeien, hagelslag of kaas smaken prima op een beschuitje.
Toch is niets in staat om beschuit met muisjes te vervangen.**

Beschuit zonder muisjes hebben we geschreven voor (christelijke) stellen die niet zomaar zwanger worden, maar dat wel heel graag zouden willen. Het duurt al maanden of jaren: een zwangerschap blijft uit. Het kan zijn dat de dokter jullie verteld heeft dat jullie kansen om zwanger te worden klein zijn. Misschien hebben jullie wel een miskraam gehad, of meerdere. De ongewenste kinderloosheid kan ook onverklaard zijn, waardoor je voor je gevoel met je rug tegen de muur staat. Wat de situatie ook is: je had waarschijnlijk nooit gedacht dat dit bij jullie zou gebeuren. Hoe langer het duurt, hoe meer uitdagingen er om de hoek komen kijken. We weten hoe dat is, want we hebben dat zelf ook meegemaakt.

Dit boek is ook voor ouders, vrienden, zussen en broers die meer willen begrijpen van die ‘emotionele achtbaan’ waar hun familie of vrienden in zitten. Soms weet je ook niet precies wat helpt en wat niet. Ernaast staan geeft een machteloos gevoel. We hebben een speciaal hoofdstuk geschreven voor deze meelezers, of eigenlijk meelevers.

Bij het schrijven van dit boek wilden we dicht bij de echte verhalen blijven. We zijn daarom bij elf christelijke stellen op bezoek geweest: echtparen van allerlei leeftijden en in verschillende fases – sommigen zaten nog midden in de medische mallempelen, anderen keken terug op hoe ze ‘het wachten’ hebben ervaren. We vinden het heel bijzonder dat zij – meestal man en vrouw samen – ons een inkijkje wilden geven in een intiem deel van hun leven. De verhalen zijn soms totaal verschillend, en laten zien dat iedereen anders met dit onvervulde verlangen omgaat. Andere onderwerpen die bovenkwamen bleken wel universeel, omdat iedereen ze herkende: de waaromvragen richting God, het gevoel dat je aan alle kanten ingehaald wordt,

het verdriet dat ermee gepaard gaat en de machteloosheid van het 'moeten loslaten'.

We kaarten in het boek verschillende onderwerpen aan. Soms voelde het wat gekunsteld om die onderwerpen af te bakenen. 'Iets hebben aan geloof', 'je relatie leuk houden' en 'medische behandelingen' zijn bijvoorbeeld drie van de elf hoofdstukken, maar in principe hebben die dingen natuurlijk allemaal invloed op elkaar.

Dit zijn de thema's van het boek:

- Hoe neem je de beslissing om te stoppen met het gebruik van anti-conceptiemiddelen?
- Hoe is het om het eerste jaar te moeten wachten, maand in, maand uit?
- Naar de dokter gaan: wat doet dat met je, welke keuzes moet je maken?
- De uitslag, en hoe ga je verder?
- Hoe vertel je het nieuws aan familie en vrienden?
- Verschil man/vrouw
- Waar moet je allemaal mee *dealen* (machteloosheid, jaloezie, loslaten)?
- Geloofsvragen
- God blijven zoeken
- Hoe houd je je relatie leuk?
- Kinderloos in de kerk
- Valkuilen en tips voor meelezers/meelevers

We sluiten het boek af met een hoofdstuk over de ervaringen van stellen die uiteindelijk een andere weg zijn ingeslagen, zoals adoptie of pleegzorg. We hebben elk hoofdstuk voorzien van vragen waar je zelf over na kunt denken, of die je met elkaar kunt bespreken – liefst op een avond of zondagmiddag met een goed glas wijn erbij. Ze zijn bedoeld om de genoemde onderwerpen bespreekbaar te maken of om alles voor jezelf meer een plek te kunnen geven. Ook kom je af en toe een

intermezzo tegen, bedoeld om wat dieper op dingen in te gaan of om aan de slag te gaan met je gedachten. Achterin staat een verklarende woordenlijst, waarin we vooral medische termen beschrijven. Als er een sterretje [*] achter een woord staat, kun je de betekenis daar vinden.

Niet zwanger worden is vaak een stil verdriet. Je kunt je hartstikke eenzaam voelen, helemaal als iedereen om je heen druk is met *bugaboo's*, foto's van kinderen of een bezoek aan de verloskundige. Je bent niet de enige die hier doorheen gaat. Hopelijk geeft het opluchting dat bepaalde gevoelens of gedachten heel universeel zijn en dat vragen aan God gesteld kunnen worden. We hopen dat je het boek uiteindelijk met een bemoedigd gevoel dicht zult doen. We hopen dat je geloof dan is versterkt, dat je vaker met goede vrienden durft te praten over alles wat je meemaakt – al is het de honderdste keer – en dat je nog meer bent gaan houden van je man of vrouw!

Marije Vermaas en Martine van Blaaderen
Utrecht en Amsterdam, zomer 2012

P.S. Je vindt meer informatie over de thema's uit dit boek op *beschuit-zondermuisjes.nl*.

Even voorstellen

In dit boek kom je de ervaringen van elf stellen tegen. We stellen ze graag kort aan je voor. De meeste namen zijn gefingeerd.

Tim (35) en Monique (34)

Tim en Monique trouwden toen ze begin twintig waren. Ze wilden allebei al snel kinderen, maar na een jaar wachten waren ze nog niet zwanger. Na een onderzoek bij de huisarts bleek al gauw dat ze heel weinig kans hadden om op een natuurlijke manier zwanger te raken. Inmiddels zijn ze tien jaar en verschillende medische behandelingen verder. De grootste uitdaging voor hen was de vraag: 'Is Jezus genoeg?' Op dit moment houden ze zich bezig met een pleegzorgproject.

Stéfan (29) en Myrthe (27)

Myrthe wilde geen kinderen. Als jong meisje moest ze al voor haar broertjes en zusjes zorgen. Dus toen ze eenmaal getrouwd was, genoot ze van haar vrijheid. Totdat ze een foto van Stéfan als klein jongetje zag. Stéfan twijfelt op dit moment nog of hij het wel ziet zitten om vader te worden. Bij Myrthe is PCOS* geconstateerd, waardoor ze samen de keuze moeten maken: 'Gaan we proberen zwanger te worden met behulp van een pilletje of niet?'

Mark (30) en Irene (28)

Irene en Mark probeerden anderhalf jaar lang zwanger te worden. Iedereen om hen heen kreeg kinderen – broers, zussen, vrienden – en bij hen duurde het maar. Een doktersonderzoek wees niets uit, maar tijdens het volgende bezoek was er verrassend goed nieuws...! Irene en Mark hebben nu een zoontje.

Bram (35) en Hanna (31)

Hanna en Bram wilden pas aan kinderen beginnen toen Hanna klaar was met haar opleiding. Na een jaar proberen, gingen ze naar de huisarts. Daar bleek dat het voor hen een wonder zou zijn als Hanna op een natuurlijke wijze zwanger zou worden. Ze besloten een medisch traject in te stappen, waar ze nu middenin zitten.

Klaas (63) en Ellen (61)

Klaas en Ellen gingen na een jaar proberen naar de dokter, waar de uitslag zo definitief bleek dat er weinig mogelijkheden waren. Na een intensief traject van bidden en advies inwinnen, kozen zij er dertig jaar geleden voor om drie kinderen te adopteren uit het buitenland.

Gerrit (29) en Nienke (28)

Nienke en Gerrit probeerden vier jaar lang zwanger te worden. Na geworsteld te hebben met allerlei geloofsvragen – zoals: ‘Mogen we wel ingrijpen?’ – stapten ze toch naar de gynaecoloog. Zeven IUI-behandelingen* leverden geen resultaat op, waardoor ze uiteindelijk de laatste optie, namelijk IVF*, probeerden. Bij de eerste poging was het meteen raak. Inmiddels hebben ze een dochter.

Louis (48) en Evi (44)

Louis wilde altijd al een gezin, Evi wilde liever een eigen zaak, waardoor ze hun wens uitstelden. Toen ze eind twintig was, werd bij Evi fibromyalgie* gediagnosticeerd. Op haar dertigste kreeg ze een *burn-out*. Kinderen waren toen helemaal geen optie. Toen ze halverwege de dertig was, wilde Evi er toch aan beginnen, maar toen bleef een zwangerschap uit. Voor haar veertigste kregen Louis en Evi alsnog van een zoon. Inmiddels hebben ze twee kinderen, een jongen en een meisje.

Laurens (32) en Sophie (28)

Sophie en Laurens willen graag een groot gezin, maar wachten nu al tweeënhalf jaar op hun eerste kindje. De uitslagen van het ziekenhuis waren zo positief dat behandelingen niet meer kans zullen geven op een zwangerschap dan wanneer ze gewoon blijven proberen. Het enige wat ze kunnen doen, is afwachten en hopen dat het toch een keer raak is.

Erik (32) en Suzanna (32)

Erik wilde graag kinderen. Suzanna ook, maar zij wilde nog even wachten. Allebei waren ze druk met hun werk. Toen ze eenmaal stoppen met anticonceptiemiddelen duurde het wel erg lang. Ze lieten allerlei onderzoeken doen, maar zonder uitkomsten. Na ruim drie jaar raakte Suzanna onverwachts toch zwanger! Hun zoontje is nu twee jaar.

Bart (69) en Truus (67)

Bart vertelde Truus al voordat zij trouwden dat zij samen geen kinderen zouden kunnen krijgen. Dat was moeilijk. Na twee jaar huwelijk verlangden ze heel erg naar kinderen. Na veel gesprekken met adoptieouders adopteerden zij twee Nederlandse kinderen.

Elizabeth (55) en Gérard (51) (echte namen)

Elizabeth was eenenveertig toen ze Gérard ontmoette. Het idee van moeder worden had ze toen al opzijgezet. Toch ontstond, redelijk onverwacht, een kinderwens. De eerste poging om zwanger te worden, was raak. Blijdschap alom, totdat Elizabeth een miskraam kreeg. Er volgden nog drie miskramen, waarna ze samen besloten hun kinderwens los te laten.



Hoofdstuk 1

Jullie kinderwens

Op een dag ontmoet je hem of haar; tijdens een bruiloft, een vakantie, misschien wel via een *datingsite*, of je blijkt gewoon al jarenlang bij elkaar om de hoek te wonen. De vlinders fladderen en je wilt elkaar het liefst elke dag zien. Je hebt het in die fase ook wel eens over de toekomst. Wat zijn je dromen en ambities? Waar zou je over vijf jaar willen werken? En waar wil je wonen – in een bruisende, levendige stad, of een rustig, kindvriendelijk dorp? Je bespreekt misschien ook of je kinderen zou willen, en zo ja hoeveel.

Irene: ‘Mark en ik deden regelmatig het spelletje “heb je liever dit of dat?” Bijvoorbeeld: strand of bos? Nederland of buitenland? Boerderij of flat op de vijfde verdieping? Een keer stelde Mark mij de vraag: “Carrière of kinderen?” Ik bloosde en antwoordde: “Kinderen.” Hij was duidelijk blij met mijn antwoord.’

Kinderen krijgen en samen een gezin starten: je wilt het allebei, ooit. In het begin kun je daar mooi over dagdromen of grappen over maken. ‘Als ons kind maar niet dat ongeduld van jou erft.’ ‘Beter dan dat

'ie zo slordig wordt als jij.' Op een familiefeestje zie je je partner met je neefjes en nichtjes spelen. Wat een goede vader of moeder zou die ander zijn! Op je trouwdag wordt er gezinspeeld op kinderen. Alle familie en vrienden horen tijdens de kerkdienst de zin: 'Als de Heer jullie kinderen schenkt...' Baby's van jullie samen, een groot mysterie en een mooie droom voor later.

Irene: 'Tijdens ons bruiloftsfeest werden grappen gemaakt over hoeveel kinderen we zouden krijgen, wanneer en welke namen ze zouden krijgen. We kregen zelfs een kinderstoel cadeau! Met als onderliggende gedachte: op naar de volgende fase in jullie leven!'

Hoe staan jullie erin?

Natuurlijk beslis je op een gegeven moment: later is nu. *Let's do it*. En of je nu snel zwanger wordt of niet, het is altijd een keuze die je leven verandert. Ieder echtpaar komt op een of andere manier tot de keuze. Sommige stellen lopen precies gelijk op en weten allebei vanaf dag één dat ze kinderen willen.

Monique: 'We trouwden toen ik tweeëntwintig was en Tim eenentwintig. We waren een heel gewoon stel: huisje, boompje, beestje. Al snel wilden we kinderen. In ons hart was daar veel ruimte voor. Toen we begonnen, hadden we zelfs de namen al bedacht. We vroegen ons af hoe het zou zijn en keken er echt naar uit.'

Lastiger is het als één van beide partners er nog niet aan toe is. Het stereotiepe beeld is natuurlijk dat de vrouw het dolgraag wil – denk aan de vele parodieën van rammelende eierstokken – terwijl de man er zich nog niet veel bij kan voorstellen. Sommige vrouwen zijn inderdaad al jong gefascineerd door het krijgen van kinderen. Eenmaal getrouwd houden ze stiekem een lijstje bij met babynamen, en in

gedachten wordt de kinderkamer ingericht. Het kan ze niet snel genoeg gaan.

Sophie: 'Als jong meisje leek het me al zoiets moois: een klein baby'tje dat groeit in je eigen buik. Ik zag het helemaal voor me, zo'n prachtige strandbalbuik. Ik dagdroomde er soms over. Als ik zwangere vrouwen zag, keek ik altijd goed. Het leek me een intens en diep geluk, de ultieme vrouwelijke ervaring.'

In dit soort gevallen heeft de man de troef in handen. Als hij er klaar voor is en het avontuur aandurft, is het moment daar. Andersom kan het natuurlijk ook. Mannen willen soms graag jong vader worden, terwijl hun vrouw het moment liever uitstelt vanwege haar persoonlijke ontwikkeling. Een verlof van vier maanden en daarna misschien wel noodgedwongen parttime werken of thuisblijven om voor je kind te zorgen: dat is een grote verandering, waar wat voor opgeofferd moet worden. En wil je dat wel?

Suzanna: 'Erik wilde graag meteen kinderen, maar ik stond niet perse te springen om moeder te worden. Ik was nog jong, zevenentwintig jaar. Ik was druk met mijn carrière in de financiële sector en had genoeg andere dingen waar ik mee bezig was.'

Evi: 'Ik was vijftwintig toen we trouwden. Louis had altijd een droombeeld van een gezin met kinderen. Ik voelde meer voor het ondernemerschap. Louis moedigde me daarin aan. Hij wilde dat ik mijn dromen waar zou maken. Als een winkel nu meer voor me betekende dan kinderen, vond hij: begin daar dan mee. Hij legde geen druk op me.'

Hanna: 'Over kinderen praatten we wel eens, maar dan meer in de geïnspeer. Toen we trouwden, was mijn verlangen naar een kind niet zo sterk. In het begin dachten we juist wel eens: wat een gedoe! We zagen dan al die krijsende, rondrennende kinderen bij vrienden

of familie en dachten bij onszelf: nog even vrij zijn is best lekker. Ik wilde ook eerst mijn opleiding afronden: een traject van twee jaar. Om me heen werden mijn vriendinnen allemaal moeder. Ik maakte een rationele afweging. Als ik deze opleiding kan doen, wil ik niet zwanger worden, dat komt daarna wel. Het is voor mijn persoontje het beste om niet alles tegelijk te doen.'

Myrthe: 'Stéfan wilde altijd jong vader worden, in ieder geval voor zijn dertigste. Ik riep juist vanaf het begin heel stellig dat ik geen kinderen wilde, vanwege mijn opvoeding. Maar twee jaar na ons trouwen zag ik voor het eerst foto's van Stéfan als klein jongetje. Hij was het mooiste kindje op aarde! Maar toen ik serieus over kinderen begon, wilde Stéfan het ineens rustig aan doen en het nog een paar jaar uitstellen.'

Stéfan: 'Ik ben een impulsief mens, ik stel grote beslissingen – zoals het krijgen van kinderen – liever uit. Ik houd niet zo van structuur en wil nergens aan vastzitten.'

Kinderen krijgen (waarschijnlijk) niet mogelijk

Sommige stellen weten al voor hun trouwen dat ze samen waarschijnlijk geen biologische kinderen zullen krijgen. Dat zet de keuze voor elkaar meteen op scherp.

Bart: 'Voordat we trouwden, wist ik al dat ik geen kinderen kon verwekken. Als jongen was bij mij vastgesteld dat ik onvruchtbaar was. Het was medisch duidelijk dat op een natuurlijke manier kinderen krijgen uitgesloten was. Ik besprak dat met Truus. Ik vertelde dat we samen kinderloos zouden blijven, als ze met mij zou trouwen. Dat gesprek was best moeilijk.'