



"De Levensboom"

Nieuws en Informatie van Virtus Praktijk

Beste lezer,

Welkom bij de eerste nieuwsbrief van het nieuwe jaar 2011!

Het nieuwe jaar ligt weer als een onbeschreven blad voor ons, hoewel de eerste weken voor mij al weer gevuld waren met veel interessante bijeenkomsten, gesprekken en activiteiten.

In deze nieuwsbrief ga ik dit keer in op verlies door ongewilde kinderloosheid. Een verlieservaring die veel vrouwen met zich meedragen en waar niet altijd even veel begrip voor is.

De column gaat over een kwieke dame van 82 die vol verhalen zit. Kijk ook even naar de workshops en trainingen, een aantal hiervan wordt nu ook overdag aangeboden!

Ik wens u/je veel leesplezier!

Anke de Jong

Hoofdartikel

Onvervulde kinderwens

Margriet is 31 en wist al heel vroeg dat zij kinderen wil. Zij en haar vriend spreken daar niet over maar ze merkt al snel dat hij graag met kinderen omgaat. Hun levens verlopen voorspoedig, de studie is afgerond en allebei hebben ze een leuke baan gevonden waar ze zich in thuis voelen. Zij en vele van hun vrienden trouwen en in hun omgeving beginnen sommige vrienden aan kinderen, ook bij Margriet gaat het kriebelen. Wat als zij ook zo'n kleintje zouden krijgen, hoe zou dat zijn? Vaak spreekt zij met haar man over haar verlangen en ook hij is er klaar voor. De eerste menstruatie is een teleurstelling, maar zij houdt zich voor dat het natuurlijk niet de eerste keer meteen raak kan zijn. Maar na 8 maanden begint de twijfel toe te slaan en maakt zij zich toch wel zorgen. Haar man is er wat minder mee bezig maar steunt haar iedere keer als ze toch weer ongesteld wordt. Na een jaar gaan ze naar de huisarts en komen zij bij de gynaecoloog terecht. Alle onderzoeken wijzen uit dat er met geen van beiden iets aan de hand is, in theorie hebben zij net zoveel kans op zwangerschap als ieder ander. Maar een zwangerschap blijft uit tot groot verdriet en alle mogelijkheden worden uitgeprobeerd, van IFV tot uiteindelijk adoptie. Na jaren kunnen zij 2 kinderen adopteren uit China waar zij dolgelukkig mee zijn. Toch blijft steeds het verdriet knagen dat zij zelf nooit kinderen heeft kunnen baren.

Lydia is lange tijd niet bezig geweest met kinderen krijgen hoewel zij in haar achterhoofd wel het idee heeft dat zij kinderen wil. Maar de ware heeft zich nog niet aangediend en de vriendjes die zij heeft zijn niet degenen waar zij kinderen mee wil. Als zij tegen de 40 loopt slaat de paniek toe omdat haar leeftijd steeds hoger wordt en zij noch een man heeft, nog een kind. Uiteindelijk ontmoet zij een lieve leuke man die gescheiden is en al oudere kinderen heeft uit een eerder huwelijk. Hij wil niet nog

Virtus Praktijk voor Rouw- en Verliesbegeleiding

Brugakker 62-17, 3704 RD Zeist

Tel.06-42074072 | W. www.virtuspraktijk.nl | E. info@virtuspraktijk.nl

KvK 30256871

een kind en ook zij voelt zich al te oud om nog zwanger te worden. Toch blijft het al die tijd aan haar knagen. Wat als ik niet zolang had gewacht, waarom ben ik zo kritisch geweest met mannen? Waarom vond ik mijn carrière zo belangrijk? Ze zal het moeten doen met de kinderen van haar man waar ze ook veel plezier van heeft maar toch, een eigen kind....

Twee heel verschillende verhalen. De één die al vroeg weet dat zij kinderen wil en uiteindelijk volledig gefocust is op het krijgen van kinderen. De ander die zich wel realiseert dat de keuzes die ze gemaakt heeft niet zo gunstig waren maar dat ze er wel van genoten heeft.

Margriet die er alles voor over heeft om toch kinderen te krijgen, en als dat niet lukt haar hoop richt op adoptie. Lydia die kan genieten van de kinderen van een ander en van een leven samen maar die toch ook wel verdriet heeft van het feit dat zij ze zelf niet heeft gekregen.

Beiden hebben verdriet over het feit dat zij zelf geen kinderen hebben kunnen krijgen maar gaan hier heel verschillend mee om.

Het verdriet concentreert zich rondom de volgende gevoelens:

Het feit dat zij geen zwangerschap hebben kunnen meemaken

Het feit dat zij geen kind in zich hebben voelen groeien

Het gevoel dat zij niet voldoen aan de norm van huisje boompje beestje

Het gevoel dat zij zich moeten verdedigen tegen heersende opvattingen, o.a. dat een kind adopteren egoïstisch is of dat je je hoort te settelen

Het niet kunnen terugzien van eigenschappen of eigen karaktertrekken in je kind

Het gevoel van falen

Het gevoel van jaloezie naar andere ouders die wel zelf kinderen krijgen

Het gevoel dat het lichaam je in de steek laat

Het stiekem steeds weer opkomende gevoel dat deze kinderen niet jouw eigen kinderen zijn

En zo zijn er nog veel meer gevoelens die voor kunnen komen bij mensen die ongewild kinderloos zijn. De één berust maar voelt af en toe toch die steek van jaloezie of toch dat gevoel van verdriet. De ander blijft het verdriet en de jaloezie altijd voelen maar voelt dat zij niet mag klagen, zij heeft toch twee prachtige adoptiekinderen?

Beiden moeten afscheid nemen van een wens om zelf kinderen te krijgen, beiden zullen met het verdriet moeten omgaan. Ook moeten zij zich gaan richten op een leven na... Zij zullen hun leven vorm moeten geven en zelf moeten invullen. Het toekomstbeeld verandert voor beiden. Margriet zal moeten leven met het feit dat haar adoptiekinderen misschien op zoek gaan naar hun eigen moeder en naar hun roots. Dat kan als een bedreiging voelen voor haar gevoel van moederschap, haar kinderen zijn misschien wettelijk haar kinderen geworden maar of dat gevoelsmatig voor hen ook altijd zo blijft weet zij nooit zeker. Lydia moet leven met het gevoel dat haar leven nooit om kinderen zal draaien en moet definitief de omschakeling weer maken naar een leven zonder kinderen.

De één kan zijn kinderloosheid als "levenlang" ervaren, de ander weet zijn leven een draai te geven en daarvan te genieten.

Ben jij ook ongewild kinderloos en kun je daar moeilijk mee omgaan? Of ben jij juist iemand die makkelijk de switch kan maken en ondanks je kinderloosheid toch het gevoel heeft volledig van het leven te genieten?

Reageren kan, in het gastenboek op de website of via de mail: info@virtuspraktijk.nl

Column

Een kwieke dame

Ergens in de verte hoor ik mijn telefoon rinkelen maar ik bevind me buiten haar bereik. Ik hol naar beneden en zodra ik hijgend mijn telefoon opneem hoor ik de stem van een oude dame. Het is mevrouw de W., zij heeft mijn stukje in de krant gelezen over mijn workshop biografisch schrijven en wil graag meer informatie. "Ja weet u zegt ze, die workshop is allemaal leuk en aardig maar ik ben 82 en kom nauwelijks de deur nog uit dus die workshop is niets voor mij. Moet u horen, ik wil wel mijn verhaal op schrijven maar het lukt me niet en nu vroeg ik me af of u mijn verhaal kunt schrijven? Mijn kinderen zeggen altijd: mamma u hebt zoveel verhalen, daar kunt u wel een boek mee vullen! En toen zag ik uw foto in de krant bij dat stukje en toen dacht ik: die mevrouw bevalt me wel, die mag mijn verhaal schrijven."

Ik maak een afspraak met deze mevrouw om kennis te maken voor de komende week. Zodra ik op het afgesproken tijdstip binnenkom en met een kop thee en een koekje aan tafel gezet wordt begint mevrouw al te vertellen. Over haar vader, die zelf zijn herinneringen in een boek heeft opgeschreven en over haar moeder, die ze zo miste toen ze uit huis ging om met haar man te trouwen. Het liefst was ze naast haar moeder gaan wonen maar voor het werk van haar man moest ze ver weg van haar moeder wonen. Over haar kinderen die allemaal zo verschillend zijn maar ieder zo geliefd door haar. Over het verdriet in haar leven en het overlijden van haar man en schoondochter. Over zingeving in je leven en waar je die vandaan haalt. Voor haar is dat duidelijk, de zin van haar leven haalt ze uit de liefde voor haar kinderen en kleinkinderen én uit haar geloof, meer heeft ze niet nodig. Ook na alle tegenslagen die ze meegemaakt heeft is dat het wat haar zin geeft in het leven.

Zelf zegt ze dat ze, als ze klaar is met leven, alles uit het leven heeft gehaald en zeer tevreden kan sterven. Niet dat ze al klaar is met het leven hoor want de eerst komende 10 jaar heeft ze nog geen tijd om dood te gaan!

De verhalen worden doorspekt met leuke anekdotes en ik kom er al snel achter dat deze 82 jarige dame nog zeer kwiek is en vol humor zit.

Haar kinderen en kleinkinderen hangen aan haar lippen als ze begint te vertellen en daar kan ik me, na 1,5 uur, wel wat bij voorstellen. Wat een leuke vrouw en wat een humor, niks geen oude zuurpruim!

Na 1,5 uur en een volgende afspraak in de agenda verlaat ik haar huis met een tas met fotoboeken en het boek dat haar vader geschreven heeft. "Dan weet je alvast wat voor vlees je in de kuip hebt als je de volgende keer weer komt" zegt ze. "Moet je trouwens geen muts op? Het is koud buiten hoor" Ze trekt de kraag van mijn jas nog wat hoger en zwaait me uitbundig na. Nog lachend van wat ik allemaal heb meegemaakt fiets ik weer naar huis. Van deze mevrouw wil ik het levensverhaal wel schrijven, ik verheug me al op onze volgende bijeenkomst!

Workshops en trainingen:

Waar sta ik met mijn verhaal?

Een training voor vrijwilligers die werken in de palliatieve zorg, in het ziekenhuis of in een zorginstelling. Je eigen verliesverhalen hebben invloed op de wijze waarop jij anderen begeleidt en tegemoet treedt.

In deze training wordt jij je bewust van de invloed van jouw verliesverhaal op wie je bent en wat je doet.

Wil je met jouw groep vrijwilligers deze training volgen? Neem dan contact op via de mail:

info@virtuspraktijk.nl

Virtus Praktijk voor Rouw- en Verliesbegeleiding

Brugakker 62-17, 3704 RD Zeist

Tel.06-42074072 | W. www.virtuspraktijk.nl | E. info@virtuspraktijk.nl

KvK 30256871

Schrijven rondom rouw

Een workshop voor mensen die een verlies geleden hebben en daar over willen schrijven in de vorm van een dagboek, verhalen, gedichten of op andere manieren.

Met korte oefeningen en speelse manieren gaan we met elkaar aan de slag. De groep is klein (max. 4 personen) om een veilige omgeving te kunnen bieden.

Aantal bijeenkomsten: 6

Maximum aantal deelnemers: 4

Tijdstip: donderdagmiddag

Aanmelden en meer informatie: info@virtuspraktijk.nl

Biografisch schrijven

Een workshop waarin je met creatieve opdrachten leert te kijken naar jouw levensverhaal en leert hoe je daarover kunt schrijven.

Je kunt je levensverhaal puur voor jezelf willen schrijven of misschien wil je iets na laten aan je kinderen of familie. Misschien wil je een bepaalde periode uit je leven beschrijven of schrijf je alleen over je relaties met anderen. Er zijn veel redenen om je levensverhaal te schrijven.

Aantal bijeenkomsten: 6

Maximum aantal deelnemers: 6

Tijdstip: dinsdagmiddag

Wil jij ook meedoen?: aanmelden en meer informatie via: info@virtuspraktijk.nl