

JE
ZIET
HET
NIET

MAAR
HET
IS
ER
ALTIJD



JE ZIET HET NIET

VERBORGEN VERHALEN
OVER ONGEWENST
KINDERLOOS ZIJN

Joanne Nihom & Joost Kadijk

zilt

Je Ziet Het Niet

Verborgen verhalen over ongewenst kinderloos zijn

Joanne Nihom & Joost Kadijk

1^e druk 2025

ISBN 9789493198753

ISBN e-book 9789493198760

NUR 740

Wenskaarten: © Hilde Dral

Omslag en illustraties: © Michiel Schrijver

Boekontwerp: Andries Mol

© 2025 uitgeverij Zilt

Alle rechten voorbehouden.

www.uitgeverijzilt.nl

Inhoud

HOOFDSTUK 1 JE ZIET HET NIET	11
Uitleg	12
Inleiding	14
Voorwoord (I) door Manu Keirse	16
Voorwoord (II) door Esther van Fenema	20
In gesprek met Ineke Kievit	23
In gesprek met Huub Brinkhof	29
Onze podcast over ongewenst kinderloos zijn	33
 HOOFDSTUK 2 IN EEN WERELD VOL KINDEREN	 39
Zeven adviezen over wat je juist niet moet doen	40
Broeder Michaël Weidemann	45
José Adriaanse	49
Peter en Elly Hasselman	54
 HOOFDSTUK 3 DE STILTE WORDT ZACHTER	 61
Jan Willen van Rangelrooij	62
Loes Nieuwkerk	65
Sylvia Hendrickx	69
Luuc Smit	72
Jorien Ouweneel	76
Calluna Tenge	80
Jozepha van der Aa	83

HOOFDSTUK 4 IEDERS EIGEN REIS

87

Wegwijzers	91
Margriet Shein	92
Een beetje hulp	96
Rianne Huurnink	102
Matthew Wagner	104
Allard Schrijver	108
Mannen huilen niet	112

HOOFDSTUK 5 RITUELEN

115

Caroline en Harry	116
Judy Cerfontaine	122
Zeger Meeuwisse	124
Hilde Dral	127
Maarten van den Hout	129
Even Stilstaan	132
Petra Bakker-Brinksma	134
Een brief aan een ongeborn kindje	138
Wegwijzers	141

HOOFDSTUK 6 TOEKOMST ZONDER KIND

143

Chantal Rijk	144
Omdenkadviezen	146
Mindmap	149
Joke Pennewaard	151
Martha Voet	155
Hanneke	159
Arja Overhoff	164
Anne-Marie	167
Robert van den Hout	171
Tanja Schoep	173

HOOFDSTUK 7 WIE BEN IK NU? 177

Joke Struyf	181
Tanja Maas	186
Ongewenst kinderloze ouders	188
René van Helsdingen	191
Esther van der Rest	194
Engelina Boerma-Hampel	197
Gerwin de Vries	201
Milou Langemeyer	207

HOOFDSTUK 8 ERKENNING EN RUIMTE 211

Alia Ben	213
Jort van Zutphen	217
Tien adviezen	220
Angelie Nouwens	224
Bjorn Romy	227
Annelies van Eijck	230
Voorstel brief	232

HOOFDSTUK 9 HET PAD DAT NIET OP DE KAART STAAT 237

Odine Aandewiel	238
Dennis Koeijers	242
Liesbeth	246
Rienk van Wingerden	248
Helma van de Beek	251
Willeke Dikland	254
Rouw en geen depressie	258
Jeroen Smal	261
Karina de Groot	265

HOOFDSTUK 10 SCHURENDE MOMENTEN **269**

Hoe ga je ermee om 270

Ineke Strouken 275

Tom Vink 278

Janna Stolp 284

Martin van de Broek 294

HOOFDSTUK 11 STILTE VAN BINNENUIT **297**

Een oefening voor mannen 298

Een oefening voor vrouwen 302

HOOFDSTUK 12 EEN EENZAME WEG **307**

Alles draait om kinderen 308

Dankwoord 314

Speciale dank aan 315

Websites 316

Epiloog 320

het gaat
nooit mis
hooguit anders
dan verwacht



HOOFDSTUK 1

JE ZIET HET NIET

het leven is niet maakbaar
we hebben allemaal ons eigen pad



Teksten van Joost en Joanne samen



Interviews



Dagboekfragmenten van Joanne



Dagboekfragmenten van Joost



Je Ziet Het Niet is een verzameling gesprekken. Ieder verhaal staat op zichzelf. Ons advies: begin op de eerste pagina of misschien wel op de laatste, of sla het boek op een willekeurige plaats open. Het maakt niet uit, want ieder verhaal is even belangrijk en hopelijk voor jou een ondersteuning.



Alle mensen die aan het woord komen, zijn door ons geïnterviewd. Sommigen van hen hebben er om persoonlijke redenen voor gekozen om niet met hun volledige naam genoemd te worden. Die keuze respecteren wij uiteraard. Hun namen zijn bij ons bekend.



Op één punt hebben we heel bewust besloten af te wijken van de gangbare spellingsregels. We willen geen onderscheid maken tussen mensen, wie ze ook zijn en welke etnische of religieuze afkomst ze ook hebben. Daarom hebben we alle woorden die betrekking hebben op welke religie of bevolkingsgroep dan ook, met een hoofdletter geschreven.



Let op: De oefeningen in dit boek zijn bedoeld als algemene suggesties voor ontspanning en welzijn. Ze worden uitgevoerd op eigen verantwoordelijkheid en zijn geen vervanging voor medisch advies of behandeling door een arts.

Inleiding

En toen waren we plots samen *Je Ziet Het Niet* aan het schrijven. We kenden elkaar van de boeken die we beiden, los van elkaar, eerder over ongewenst kinderloos zijn hadden geschreven. Er was een klik en ja, dan is het logisch dat je de krachten bundelt. Ook en vooral omdat er in het Nederlandse taalgebied niet eerder een boek over dit onderwerp is geschreven door een man en een vrouw samen. Terwijl beide werelden toch zo onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. De pijn en het verdriet worden anders ervaren, dat klopt, maar ook liggen die heel vaak dicht bij elkaar en zijn ze met elkaar verweven.

Het verlangen naar een eigen gezin was iets wat we met elkaar deelden. Maar wat als de kinderen niet komen? Wat als waar je soms jaren mee bezig bent geweest, niet gebeurt en het gemis altijd aanwezig blijft, zelfs als anderen het niet zien? Kinderloosheid is een onderwerp waar we allebei op onze eigen manier vorm en invulling aan geven. Het onderwerp inspireert ons ook telkens weer om erover te schrijven en, als we daar voor uitgenodigd worden, erover te spreken. Want er is nog veel te zeggen over wat nog te veel in de schaduw blijft. *Je Ziet Het Niet* is een reis. We delen onze eigen verhalen, maar ook die van anderen. Stoere, lieve, bijzondere vrouwen en mannen die hetzelfde doormaken, elk op hun eigen manier. We wisten het al, maar door de vele gesprekken die we

voerden, weten we het nu zeker: ongewenst kinderloos zijn gaat niet alleen over gemis, maar ook over veerkracht, humor, en over het vermogen om door te gaan, zelfs wanneer alles anders blijkt te lopen dan je ooit had verwacht.

Ons boek is een uitnodiging om het gesprek aan te gaan over een onderwerp dat actueel is, maar vaak onbesproken blijft. Ook al lijkt de toekomst onzeker, er zijn altijd nieuwe manieren om vervulling te vinden. *Je Ziet Het Niet* gaat niet alleen over het gemis van een kind, maar ook en vooral over het opnieuw uitvinden van jezelf. Het vinden van kracht en licht, zelfs in de donkerste momenten.

We hopen dat ons boek jou, en jouw familie en vrienden die wel kinderen hebben, wegen biedt voor een goed gesprek over een lastig onderwerp.

Je Ziet Het Niet gaat over liefde, over het vinden van nieuwe wegen naar geluk, en over de kracht om ondanks de pijn verder te gaan, hoe onzichtbaar die pijn ook mag zijn. Want ... *Je Ziet Het Niet*.

Ten slotte... dit boek is door ons samen geschreven, omdat ongewenst kinderloos zijn zowel vrouwen als mannen overkomt.

Daarom hebben we ook gekozen voor twee voorwoorden, een van de hand van een man en een geschreven door een vrouw.

Veel dank aan Manu en Esther.

Joanne & Joost, augustus 2025

Voorwoord (I)

Manu Keirse

Emeritus hoogleraar faculteit geneeskunde KU Leuven

Auteur van meerdere boeken over verlies en verdriet

**'Als samenleving hebben we de opdracht om
kinderloze ouders bij te staan in hun verdriet en
gemis. Want wanneer we niet aanwezig zijn op
momenten van verdriet, creëren we eenzaamheid in
de samenleving.'**

Je Ziet Het Niet is maatschappelijk bijzonder relevant omdat ongewenste kinderloosheid nog steeds zo weinig aandacht krijgt. Het verdriet van ouders die nooit kinderen hebben gekregen, wordt bijna niet opgemerkt. Ik schrijf opzettelijk over 'ouders', want mensen die een leven lang hebben verlangd naar kinderen zijn mijns inziens ook ouders. Ouderschap begint niet met een geboorte of met een zwangerschap maar met de intensiteit van het verlangen naar een kind.

De rol van moeder wordt door veel vrouwen gezien als het ideaalbeeld van vrouwelijkheid en compleetheid, zelfs in een tijd waar vrouwen evenzeer een belangrijke beroepsloopbaan ambiëren. Niet zwanger raken wordt door vrouwen vaak

beleefd als een verlies van identiteit. De man wordt in dat verdriet echter vaak niet gezien, ook al zijn kinderen al lang niet meer het terrein van de moeder alleen. Ongewenst kinderloos blijven is een vorm van niet-erkend verlies en het verdriet van de man blijft daarbij nog eens dubbel niet-erkend. Cultureel is het vrouw-zijn nog altijd meer verweven met moederschap dan het man-zijn met vaderschap.

Voor de buitenwereld is het verlies waarmee ongewenste kinderloosheid gepaard gaat, vaak onzichtbaar. Want is het wel echt een verlies? Jazeker! Je wilde moeder of vader worden en dat gebeurde niet. Wat word je dan wel? Welke toekomst is er dan nog? En dan komt vaak ook nog de vraag waaraan of aan wie het ligt. Dat is absoluut niet gemakkelijk in een relatie. De vraag naar de reden wordt vaak maar al te snel een vraag naar wiens schuld het is.

Kinderloosheid gaat met je mee op je pad door het leven. Je laat het nooit thuis. Op straat zie je vrolijke gezichten achter kinderwagens. In de werksituatie hoor je de verhalen van collega's over hun kinderen. Je zus heeft een blijde mededeling, maar weet niet hoe en wanneer ze het kan zeggen. Je ouders zoeken een weg tussen de blijdschap voor hun ene dochter en het verdriet om de andere. Met de tijd leer je er misschien wel mee leven, maar dit neemt de pijn en het verdriet niet weg.

Ongewenste kinderloosheid gaat ook nooit over. De kinderen van je collega's worden groter. Bij het einde van elke trimester hoor je hen triomfantelijk de schoolresultaten bespreken. Op familiefeesten zorgen de kinderen voor extra ambiance en op nieuwjaarsdag mag je blij meeluisteren naar hun nieuwjaarsbrieven. Je mist een dimensie in de relatie met je

ouders, die nooit de grootouders van jouw kinderen zullen worden. En later komen de huwelijksaankondigingen van de kinderen van je vrienden, de geboortekaartjes. En ten slotte, als je ouder en zorgbehoevend wordt, heb je geen kinderen die jouw zorg kunnen dragen.

Ik zou willen dat *Je Ziet Het Niet*, dat onder andere gaat over deze bijzondere vorm van levend verlies, een plaats krijgt op de werktafel van hulpverleners en in de woonkamer van elk gezin, met of zonder kinderen.

Je Ziet Het Niet

Quotes van Manu Keirse

Ongewenste kinderloosheid is een specifieke vorm van niet-erkend verlies.

Je moet afscheid nemen van je kind voor je de kans hebt gehad het te dragen en te leren kennen.

Het kind zat al in je hoofd en in je hart zodra je naar het kind begon te verlangen. Het besef dat het niet zal lukken om kinderen te krijgen, verdrijft dat allemaal niet zomaar uit je gedachten. Je gezin blijft onaf, er ontbreekt iets.

Afrekenen met infertiliteit is rouwen om verliezen die vaak onzichtbaar zijn en niet worden erkend door anderen.

Je mag verdriet hebben, want het gaat wel degelijk om een verlies: verlies van je verlangen.

Sommige vrouwen hebben de neiging zich terug te trekken in een isolement om zich de confrontatie met zwangere vrouwen en jonge moeders te besparen. Zo houden ze hun stress en angst hanteerbaar.

Het nooit-geboren-kind heeft in je hart geleefd.

Een niet-geboorte speelt zich af in de stilte.

Uit: Manu Keirse, *Helpen bij verlies en verdriet. Een gids voor het gezin en de hulpverlener* (Tielt: Lannoo NV, 2017)

Voorwoord (II)

Esther van Fenema

Psychiater en auteur

'Het verdriet om een leven zonder kinderen blijft vaak verborgen. Onzichtbaar, omdat er geen woorden voor zijn, geen maatschappelijke rituelen, geen vanzelfsprekende plek in de samenleving. Toch is dit verdriet echt en verdient het erkenning.'

Wie kinderen krijgt, wordt zelden bevraagd. Wie geen kinderen heeft, moet zich vaak verantwoorden, alsof er altijd iets mis is, alsof het een keuze is die steeds weer moet worden uitgelegd. Impliciet klinkt telkens die ene vraag: *Waarom heb jij geen kinderen?* Alsof kinderloosheid per definitie een rationeel, weloverwogen besluit is. Terwijl, als je beter kijkt, die keuze lang niet altijd zo weloverwogen is als ze wordt gepresenteerd. Vaker is het een samenspel van verlangen, angst, loyaliteit aan het verleden en, soms, zelfbescherming. Maar ook gevoelens van schaamte, twijfel aan het eigen ouderschap, onverwerkte trauma's of het ontbreken van een veilige relatie kunnen hierin meespelen. Wat me telkens weer raakt, is hoe weinig ruimte er maatschappelijk is voor dit verhaal.



Vrijwel dagelijks ontmoet ik in mijn spreekkamer vrouwen en mannen die bewust geen kinderen zeggen te willen. Ze spreken over hun carrière, over vrijheid, over eigen keuzes. Maar achter die woorden schuilt vaak een heel ander verhaal, een verhaal van angst, oud verdriet en een jeugd waarin veiligheid en geborgenheid niet vanzelfsprekend waren.

Door de jaren heb ik gezien dat voor hen die ongewenst kinderloos zijn gebleven, de weg daarnaartoe geen rechte lijn was. Natuurlijk zijn er lichamelijke oorzaken waardoor een zwangerschap onmogelijk blijkt; daar is inmiddels gelukkig ook meer maatschappelijke aandacht voor.



Maar er bestaat ook een minder zichtbare werkelijkheid: een innerlijke strijd die vaak is begonnen in de vroege kindertijd. Wie als kind tekortkwam, zich niet gezien of beschermd voelde, draagt vaak een stille angst met zich mee. De vrees om de pijnlijke geschiedenis te herhalen. Om een kind dezelfde kwetsuren toe te brengen die voor jezelf ooit zo ingrijpend waren.



Sommigen vertellen hoe moeilijk het is om zich werkelijk te hechten aan een partner, en in gedachten ook aan een kind. De verantwoordelijkheid om een veilige basis te bieden kan ondraaglijk voelen als je die zelf nooit hebt gekend. Dan is het verstand vaak sneller dan het hart: rationele verklaringen over werkdruk, ambities of levensstijl liggen meer voor de hand dan het uitspreken van diepe onzekerheid en oud zeer.

Het verdriet om een leven zonder kinderen blijft vaak verborgen. Onzichtbaar, omdat er geen woorden voor zijn, geen maatschappelijke rituelen, geen vanzelfsprekende plek in de samenleving. Toch is dit verdriet echt en verdient het erkenning.

Dit boek, waarin persoonlijke interviews en dagboekfragmenten zijn verzameld, biedt eindelijk ruimte aan deze verhalen. Het laat zien hoeveel er kan schuilgaan achter een ogenschijnlijk eenvoudige buitenkant. En hoe belangrijk het is om aandacht te hebben voor een thema dat zo vaak ongezien blijft.

Ik hoop dat *Je Ziet Het Niet* bijdraagt aan meer begrip. Dat het erkenning biedt aan degenen die zich in deze verhalen herkennen, en inzicht geeft aan wie nog niet weet wat ongewenste kinderloosheid werkelijk kan betekenen.