

De existentiële dimensie van
ongewenste kinderloosheid

Stil verlangen

'For everything you have missed, you have gained something else,
and for everything you gain, you lose something else.'

Ralph Waldo Emerson



De Amerikaanse dichter en essayist Ralph Waldo Emerson (1803-1882) schreef: "Voor alles wat je hebt gemist, heb je iets anders gekregen." We kunnen niet alles wat we willen hebben daadwerkelijk krijgen. In ieder geval niet op hetzelfde moment. We kunnen ermaar streven en verlangen, maar nooit is er de garantie dat onze wensen worden vervuld. Op sommige dingen moeten we wachten. Andere dingen komen nooit. De waarneming van Emerson relativeert en biedt tegelijkertijd troost: teleurstelling en onvervuld verlangen zijn allebei de keerzijden van de munt des levens. Wanneer we ons te lang richten op teleurstellingen, zien we niet wat we er wél voor in de plaats hebben gekregen.

In onze huidige maatschappij worden wij dagelijks beïnvloed door het individuele maakbaarheidsideaal. Het optimistische ideaal dat een mensenleven valt te scheppen, met geluk als levensdoel, maakt al snel plaats voor de verwachting dat alles beter moet en dat wij zelf verantwoordelijk zijn voor de uitkomsten. Onze dromen en verlangens zijn grotendeels bereikbaar als we het écht willen en er hard genoeg voor werken. Zo ligt schoonheid binnen handbereik door te sporten, gezond te eten en door middel van cosmetische chirurgie. Een goede baan kunnen we krijgen door hard te studeren, veel te werken, vooral positief te denken en goed te netwerken. Het glanzende idee van een fijne relatie ligt voor het oprapen in een wereld van Tinder en datingsites. Voor mensen met een kinderwens die niet tijdig een fijne partner vinden om een gezin mee te stichten, zijn er diverse websites: voor wensouders en zaaddonoren, spermabanken, speeddates en persoonlijke vormen van matching. Toch wil dit niet zeggen dat het ouderschap voor iedereen haalbaar is. Ook in Nederland zijn veel mensen ongewenst

kinderloos. En daar is relatief weinig publieke en institutionele aandacht voor. Dat komt onder meer doordat een kinderwens, en dus ook de voortplanting, behoort tot de privésector in plaats van het publieke domein. Maar een onvervulde kinderwens kan bij koppels en alleenstaande mannen en vrouwen tot een bestaanscrisis leiden die van grote invloed is op hun huidige en toekomstige functioneren, en reikt daarmee verder dan de privésituatie.

Een kinderwens is voor velen een diep gevoeld existentieel verlangen: het verlangen naar het geven van liefde, geborgenheid en het scheppen van een onvoorwaardelijke band. Een band die intrinsiek zingeving geeft aan iemands bestaan, en een definitieve plek in de maatschappij verschaft als vader of moeder, waarbij men een familietraditie en persoonlijke nalatenschap doorgeeft.¹ Door kinderen te krijgen geeft iemand zichzelf letterlijk en figuurlijk door. Letterlijk door het genetisch materiaal te verspreiden, en figuurlijk doordat de eigen persoonlijkheid, het levensverhaal en de herinneringen aan de ouder via de kinderen worden doorgegeven. Al zullen de meeste ouders na honderd jaar vergeten zijn, het krijgen van kinderen kan symbolische onsterfelijkheid bieden. Voor velen is het krijgen van kinderen dan ook een langverwachte toekomstdroom. De vrouwenemancipatie doet hier niets aan af. Voor zowel mannen als vrouwen is het ouderschap één van de belangrijkste mijlpalen van het leven, een *rite de passage* naar de volwassenheid, dat als ritueel moeilijk vervangbaar is door iets anders.²

Maar wat als het zwanger worden niet lukt? Wat als wensouders al jaren bezig zijn om een kindje te krijgen, maar zij

wilt, is dan ook een existentiële grenssituatie: je wordt geconfronteerd met de vraag naar de zin van je eigen bestaan. Wie ben je zonder kinderen, en wie kun je worden? Wie wil je worden? Het niet-krijgen van kinderen kan voelen als afgesneden zijn van de essentie of het ritme van het leven. En in een tijd van vrijheid, en daarmee de schijn van eindeloze keuzemogelijkheden, geeft dit ons het gevoel hier zelf verantwoordelijk voor te zijn. Tegelijkertijd confronteert het ons met de grenzen van onze vrijheid. We zijn afhankelijk van fertiliteitsmiddelen en jarenlange medische behandelingen waarbij je moet wachten zonder enige vorm van zekerheid. Een periode waarin zowel mannen en vrouwen het vertrouwen in hun lichaam kunnen kwijtraken en een andere verhouding krijgen met zichzelf en het eigen geslacht.

Dat verzoening met het lot de ultieme menselijke opgave is, het adagio van Stevenson, is in het geval van ongewenste kinderloosheid een understatement. Verzoening met ongewilde kinderloosheid blijft een dagelijkse uitdaging voor velen. Het slijft nooit. Het is de uitdaging voor ons allen om te pogen de kaarten die we in het leven in handen krijgen daadwerkelijk goed te spelen; dat we met het lot dat ons toevallt iets moois maken, op zoek gaan naar nieuwe zin en betekenis. Uit de machteloosheid keren en pogen met zelfverandering en respect, zonder het eigen verdriet en teleurstelling weg te drukken, de realiteit te accepteren. Zoals Emerson al zei: "Voor alles wat je hebt gemist, heb je iets anders gekregen." We kunnen niet alles wat we willen hebben daadwerkelijk krijgen, maar we kunnen proberen een nieuwe horizon voor onszelf te creëren, met hernieuwde hoop op de toekomst. Herwaardering van de zelfwaarde, het tellen van de dagelijkse zegeningen, het oppakken van toekomstbestendige, creatieve projecten. Een uitnodiging tot een nieuwe invulling van het leven. Het geven van liefde en compassie aan kinderen en volwassenen buiten onze eigen, vertrouwde cirkel, kan helpen om een dieper gevoel van innerlijke vrijmaking te ervaren. Het creëren van kunst, muziek, literatuur of een maatschappelijk project kan helpen jezelf te ontstijgen en iets na te laten aan de wereld of de directe omgeving. En soms is gewoon zijn, alleen, samen of met elkaar, genoeg. Het compenseert niet voor het verlies van een toekomstdroom, maar het geeft nieuwe mogelijkheden. Je krijgt iets anders voor alles wat je mist.

1 Mosalanejad, L., & Khodabakhshi Kooche, A. (2013). Looking at Infertility Treatment through The Lens of The Meaning of Life. The Effect of Group Logotherapy on Psychological Distress in Infertile Women. *International Journal of Fertility & Sterility*, 6(4), 224-231.

2 Een *rite de passage* is een overgangsrитуaal dat de verandering in sociale of seksuele status van iemand markeert, zoals geboorte, puberteit, huwelijk, menopauze en dood.

zo lang is gewenst, maar er nooit is gekomen? Mag een stel het verlies van geboren kinderen die de negen maanden niet gehaald hebben, ook na een miskraam van tien weken, verwerken in een periode van rouw?

Het pijnlijke aan het stil verlangen van wensouders is dat het verdriet door omstanders dikwijls onopgemerkt blijft, waardoor het rouwproces vaak niet goed op gang komt. Omdat er geen kinderen zijn, wordt er niet gesproken over kinderloosheid en wat dat met jezelf of je partner doet. Op feestjes en partijen is er geen aandacht voor de kinderen van de ongewenst kindertolozen, want ze zijn er niet. Zo wordt en blijft het een stil verdriet. Het ongemak van de omgeving heeft, naast de ander niet te willen kwetsen, waarschijnlijk nog een andere oorzaak: de ongemakkelijkheid van het feit dat het leven oncontroleerbaar is, dat het kwaad soms goede mensen treft, dat niet ieder het geluk heeft om een gezond kind op de wereld te zetten, ook al is deze wens, en zijn alle acties hiervoor, nog zo welgemeend.

Willen we ongewenst kindertolozen mensen steunen, dan moeten we begrijpen dat ze in rouw zijn. Ongewilde kinderloosheid is meestal een emotioneel zware en onzekere levensfase. Het niet kunnen krijgen van kinderen waar dat wel gewenst is, raakt aan diepe existentiële thema's rondom zin, levensinvulling, eenzaamheid, verschuiving van normen en waarden, rouwverwerking en vragen omtrent de eigen identiteit en rol in de maatschappij. De nazorg in Nederland voor koppels en alleenstaanden die met ziel en zaligheid proberen het ouderschap via de biologische weg aan te gaan, schiet helaas nog vaak tekort, omdat de rouw- en verlieservaring van de wensouders onvoldoende wordt erkend. Goede psychosociale begeleiding, bijvoorbeeld door een psycholoog of psychotherapeut gespecialiseerd in fertilititeit en rouw, is daarom zeer wenselijk in de wereld van de vruchtbaarheidsbehandelingen, zeker voor degenen die na jaren investeren en proberen zonder kindje naar huis gaan.

Om die erkenning te krijgen is maatschappelijke bewustwording voor de existentiële aspecten van onvruchtbaarheid en ongewenste kinderloosheid een voorwaarde. Als we als maatschappij anders leren denken over ongewenste kinderloosheid en over de maatschappelijke waarde van degenen zonder kinderen, zouden veel ongewenst kindertolozen zich waarschijnlijk minder in de marge geplaatst of buitengesloten voelen. De beeldvorming in de media, bijvoorbeeld via reclame, over gezinsvorming, gezelligheid en wat 'familie' is, neemt hierbij een bijzondere positie in. Zij richt zich vaak op het traditionele gezin als basis, terwijl er veel kindertolozen alleenstaanden en stellen met anderen, bijvoorbeeld vrienden, een 'familie' vormen.

De essentie van de kinderwens is voor velen om leven te beschermen, om te zorgen, door te geven, te onderwijzen, te delen. Kinderen functioneren als een *anxiety*-buffer, als een beschermingslaag tegen de eigen angst voor de dood: een verlangen om jezelf door te geven in een ander persoon van wie je houdt. Geen kinderen krijgen als je dat wel

invulling. Al is het individu natuurlijk niet enkel een vader of moeder, wij vervullen meer sociale rollen, toch ervaren veel mensen zingeving door de hechte verbintenis met hun kind. Wanneer iemand deze sociale rol van ouder, waar jarenlang diepe betekenis aan gehecht is, niet kan vervullen, is een identiteitscrisis niet zeldzaam. Wie ben ik nog, of wie zijn wij, als we geen ouders zijn? En wie zijn wij als een een ongeboren of doodgeboren kindje hebben gekregen?

Gevoelens van wanhoop, onmacht, hulpeloosheid, jaloezie en eenzaamheid die samengaan met fertiliteitsbehandelingen, worden maatschappelijk amper erkend. Wensouders voelen zich vaak onbegrepen door hun omgeving en houden hun stille verdriet nog stiller in een wereld die hard zoekt naar geruststellende oplossingen. Er is helaas geen helend medicijn voor onvruchtbaarheid of ongewenste kinderloosheid. We worden verleid te denken dat de geneeskunde ons kan geven wat we willen, maar bij een kinderwens is er maar één medicijn dat helpt tegen rouw en verlies: een gezond kindje. Degenen die dat niet ontvangen, moeten zelf een pad van heling en verzoening begaan.

De Schotse schrijver Robert Louis Stevenson (1850-1894) beschrijft het zo: "*Life is not a matter of holding good cards, but of playing a poor hand well.*" Stevenson geeft het lot de ruimte om te doen wat het doet. We zijn vrij ermee om te gaan zoals we willen. Hoe het spel goed te spelen wanneer een diepe teleurstelling ons met de werkelijkheid confronteert, is een eeuwenoude vraag die ons een antwoord schuldig blijft. Verzoening met het lot is de ultieme menselijke opgave. Toch willen we niets liever dan lijden vermijden. De publieke opinie over vruchtbaarheidsbehandelingen voor singles, of ongewenste kinderloosheid bij mannen en vrouwen, is er vaak een van schuld of 'niet-genomen verantwoordelijkheid'. Dit oordeel wordt regelmatig gevoerd door mythen, de verhalen die we onszelf en elkaar vertellen, en die we collectief in stand houden. Mythen beloven altijd iets, zoals 'licht aan het einde van de tunnel', 'beloning voor geleden leed' of 'rechtvaardigheid na een periode van onrechtvaardigheid'. Ze steunen mensen in tijden van tegenslag en maken de levenscyclus begrijpelijk. We spiegelen onszelf aan een door de buitenwereld gecreëerd ideaal dat niet noodzakelijk realiseerbaar is. Het niet-bereiken van het ideaal van een gezin is voor velen een eerste confrontatie met de eigen eindigheid. Je verliest niet enkel een belangrijk levensdoel, maar geeft jezelf - zoals eerder genoemd - ook niet door aan volgende generaties, wat symbolisch gelijkstaat aan vernietiging of verdwijning. Zo is er de mythe dat als je het maar hard genoeg probeert je op den duur 'vanzelf' wel een kindje krijgt. Of dat als je er niet mee bezig bent, je wel 'vanzelf' zwanger raakt.

Maar mag een mens in onze maatschappij nog eenvoudige pech hebben, en rouwen om het verlies van iets wat niet is geweest? Mag men rouwen om het verlies van ongeboren kinderen waar men zo naar verlangde, maar die er niet zijn, en dus door niemand gezien worden? Mag een man, vrouw of koppel zich ouder voelen van een kind dat

iedere maand weer met lege handen staan? Wat als de oorzaak voor het uitblijven van een zwangerschap jarenlang niet achterhaald wordt en ze met de onzekerheid leven of ze ooit een kind zullen krijgen? En wat als je alleenstaand bent, en je de levenspartner om kinderen mee te krijgen niet tegenkomt? Of als je geen geschikte zaaddonor kunt vinden? Een eenvoudige oplossing die vrouwen wordt aangereikt is dat ze het alleen kunnen doen. Maar ook in dat geval is er geen garantie dat zij daadwerkelijk kinderen kunnen krijgen met behulp van een wetwillende zaaddonor. Koppels en alleenstaanden wordt vaak geadviseerd te adopteren als een zwangerschap uitblijft. En hoewel er kinderen uit Nederland of andere landen zijn die zo een lijn thuis ontvangen, is de adoptieprocedure een lang en kostbaar proces zonder zekerheid. Daarnaast is deze procedure voor alleenstaanden vaak complex, doordat sommige landen enkel adoptie toestaan bij koppels, maar niet bij alleenstaanden en homoseksuele stellen, met uitzondering van de adoptie van kinderen met *special needs*.

Maar voordat wensouders aan adoptie denken, hebben ze vaak al een lang traject van fertiliteitsbehandelingen doorlopen. Een medische zegening, maar de slagingskans per behandeling laat weer zien dat het geluk niet maakbaar is. Daar waar de nabije omgeving van de wensouders het pad naar het ouderschap meestal op de voet volgt, heersen er vanuit de media en publieke opinie vaak nog diepgewortelde oordelen over de stappen die wensouders zetten om kinderen te krijgen én over het verdriet van degenen die ervoor kiezen om deze stappen niet te nemen, en daardoor kinderloos blijven. Zo zou de kuis van een alleenstaande vrouw om via een zaaddonor een kindje te krijgen egoïstisch zijn. En heerst de opvatting dat kinderloosheid de eigen schuld is van alleenstaande vrouwen boven de vijfendertig, omdat ze hun aandacht te veel op hun carrière hebben gericht, of te selectief zijn in hun mannenkeuze. En zo is er ook de aanname dat alleenstaande mannen fliterfluïters zijn die geen kinderen wensen, dat alleenstaande homomannen überhaupt geen kinderen willen, en dat koppels die geen kinderen hebben ze niet zouden willen omdat carrière, vakanties en luxe voorgaan. Deze meningen overheersen de beeldvorming van anderen zonder te weten wat er daadwerkelijk achter de voordeur speelt. De gevolgen van onvruchtbaarheid of kinderloosheid 'door omstandigheden' worden niet zelden onderschat. Terwijl er juist een onverwachte en langdurige levenscrisis kan ontstaan die emotionele onrust, trauma en rouw veroorzaakt, en die het zelfbeeld en het gevoel van welzijn van de ongewenst kindertolozen beïnvloedt.

In de laatste vijftien jaar zijn er veel verschillende vruchtbaarheidsbehandelingen bijgekomen, en is er door een groei aan samengestelde gezinnen ook sociaal meer mogelijk om een gezin te creëren voor alleenstaanden en mensen uit de lhb-gemeenschap. Hoewel er meer mogelijkheden zijn, kunnen we 'het krijgen van een kind' nog steeds niet afdwingen. En blijft ongewenste kinderloosheid een diep effect hebben op iemands levensgeluk, identiteit en toekomst-