



# ‘Ik zou ook zo graag **oma** willen worden’

Foto's van kleinkinderen vliegen je om de oren en elk gesprek lijkt er wel over te gaan. Het kan naar zijn als iedereen in je omgeving oma wordt en jij niet. Hoe ga je daarmee om?

Tekst: Alies Pegtel.

“Ook ik word op sommige momenten overvallen door een steek in mijn maag als het zo veelste kleinkind zich aandient bij mijn vriendinnen. Er volgt dan een stroom van felicitaties in onze vriendinnen WhatsApp groep. ‘Oh, hij heeft de kin van z’n moeder. En de neus van opa!’ Heel begrijpelijk, het is voor families een natuurlijk proces: de herkenning en erkenning van je eigen bestaan via de kenmerken van je eigen kleinkind. Maar hoewel ik geniet van het geluk van mijn vriendinnen, ben ik tegelijk verdrietig dat ik dit zelf niet mag meemaken. Ik moet accepteren dat de levenslijn van mijn familie bij mij stopt.”

Simone Sinjorgo (53) bleef tot haar grote verdriet kinderloos. Als meisje droomde ze van een groot gezin, en na haar huwelijk kon ze niet wachten tot ze moeder zou worden. Het liep anders. Zij en haar toenmalige man bleken beiden verminderd vruchtbaar. Na jaren van vergeefse medische pogingen gaven ze het op. Toen drong het besef goed tot haar door dat ze nooit moeder zou worden. “Het was keihard,” zegt ze. “En ontzet

tend pijnlijk. Ik had het gevoel dat ik nooit meer gelukkig zou kunnen zijn. Dat valt mee, ik ontdekte dat je ook zonder kinderen zin kan geven aan je leven. Het is nu ruim twintig jaar later. Maar wat ik toen nog niet wist, is dat het verdriet nooit helemaal verdwijnt. Het kan zich altijd weer als een duveltje in een doosje melden.”

## Levenslang gemis

Simone moest leren leven met het onaangename gevoel dat ze zich op sommige momenten een buitenstaander voelt in de wereld van mensen met kinderen. “Passeerde ik een schoolplein met wachtende ouders, dan realiseerde ik me: ik hoor daar niet bij.” Nu ze eenmaal de leeftijd heeft bereikt dat ze grootmoeder had kunnen worden, kampt ze met vergelijkbare gevoelens. “Als de mobieltjes met de babyfoto's de ronde doen aan tafel onder mijn vriendinnen, heb ik het soms weer het gevoel er niet bij te horen. Want







ja, ik kan niet meepraten over hoe spannend het is als je kind zwanger wordt en een kind krijgt. Of dat je als aanstaande oma de familiewieg in gereedheid gaat brengen.” Het is Simones ervaring dat de pijn van ongewenste kinderloosheid door de verschillende levensfasen heenloopt. “Levenslang word je met je gemis geconfronteerd.” Zo voelt Anita Mulder (59) het ook. “Een on vervulde kinderwens wordt uiteindelijk een on vervulde wens om oma te worden,” zegt ze. “Sinterklaas, Moederdag, de nieuwe levensfase die je zus ingaat als ze voor het eerst oma wordt; al deze dagen roepen weer het gevoel van verdriet op. Het is soms maar een speldenprikje, soms hakt het er flink in. Ik geniet van de kleinkinderen van mijn zus. Maar ben ik jaloers en verdrietig

als ik ze samen zie? Jazeker. Omdat het steekt om te zien welke gevoelens haar kleinkinderen bij haar losmaken. Ik had dat zelf ook zo dolgraag gevoeld en ervaren.”

### **Rust, tijd, aandacht en het geld**

Nederland telt ruim twee miljoen opa's en oma's. En die zijn tegenwoordig vaak heel intensief betrokken bij het leven van hun kleinkinderen. Vaste oppasdagen, logeerpactijen in de schoolvakanties; het is bijna not done om dit als moderne grootouders te weigeren. Velen koesteren ook

van hard werken staan ze het zichzelf toe van hun kleinkinderen te genieten en ze te verwennen. Ze hebben inmiddels vaak de rust, tijd, aandacht en het geld wat ze niet hadden toen hun eigen kinderen jong waren. Volgens psychologe Jeannette Bolck vallen de gevoelens voor een kleinkind wel te vergelijken met de verliefdheidsgevoelens voor een partner. Je kleinkind kan niets fout doen, is de mooiste van de wereld, en je kunt er geen genoeg van krijgen. Als het kind naar je toe rent en 'oma' roept, vlamt de verliefdheid onmiddellijk op. De band tussen grootouders en kleinkinderen is uniek, maar niet iedereen is zich ervan bewust dat er ook mensen zijn die heel graag opa of oma zouden zijn, maar dit niet worden. En in hun enthousiasme en trots om over hun eigen kleinkinderen te vertellen, zien ze het



---

## **‘De feestjes waar de gesprekken alleen nog maar over de kleinkinderen gaan zijn het moeilijkst’**

---

de tijd met hun kleinkinderen, al was het maar omdat ze een schaars goed zijn geworden. Ga maar na: in 1955 had een zeventigjarige grootouder gemiddeld tien kleinkinderen, in 1995 waren dat er nog maar vijf, een zeventigjarige van nu heeft er gemiddeld drie. Het voordeel van hedendaagse grootouders is dat ze over het algemeen nog kwiek en fit zijn. Na een leven

verdriet van een kleinkinderloze vriendin soms over het hoofd. Anita Mulder vindt het bijvoorbeeld uiterst pijnlijk dat sommige mensen in haar omgeving roepen dat ‘een kleinkind bijna nog mooier is dan een kind’.

### **Roedel kleinkinderen**

In haar praktijk Counseling Amsterdam, spreekt psychologe Bolck geregeld vrouwen die

---

## ***‘Ik geniet van het geluk van mijn vriendinnen, maar tegelijk ben ik verdrietig dat ik dit zelf niet mag meemaken’***

---

worstelen met het grote verdriet dat ze geen oma zijn. “Vaak zijn deze vrouwen er blind vanuit gegaan dat ze eerst moeder en vervolgens oma zouden worden,” verklaart ze. “Als dit niet gebeurt, doet dat niet alleen afbreuk aan hun zelfbeeld, maar aan hun gehele identiteit. Ze staan ook bloot aan groepsdruk, want als je geen oma wordt ben je uiteindelijk in de minderheid, je bent een uitzondering. En alleen dit al is voor veel vrouwen heel lastig.”

“Onze kinderen zeiden altijd dat ze later zelf ook kinderen wilden,” vertelt Iris Huizinga (64), moeder van vier. “Mijn man en ik zagen de toekomst dan ook voor ons met een hele roedel kleinkinderen. We hielden zelfs met sommige beslissingen al rekening met dat vooruitzicht. Na de eerste jaren van carrière-opbouw dachten we: nu zal er zo langzamerhand wel wat gaan gebeuren.”

Maar terwijl om haar heen familie en vrienden een voor een grootouders werden, kwam een van Iris’ kinderen uit de kast als homo en verbraken twee andere kinderen hun langdurige relaties. Een dochter wilde wel graag, maar het lukte niet. Ook niet toen zij en haar partner het medische circuit ingingen. “Een

ivf-traject is loodzwaar,” vertelt Iris. “Dat beseffen de meeste mensen echt niet. Ik vond dat heel erg moeilijk. Naast je eigen verdriet, heb je ook nog dat van je kind erbij.”

Intussen vlogen de aankondigingen van nieuwe kleinkinderen op komst haar onophoudelijk om de oren. “Het moeilijkst vind ik de feestjes waar de vrouwen bij elkaar klitten en de gesprekken alleen nog maar over de kleinkinderen gaan. In het begin fake je interesse en produceer je een lach op je gezicht, maar als het langer duurde, brandden de tranen achter mijn ogen. Ik ben weleens weggegaan met het excuus dat ik me niet goed voelde. Eenmaal thuis hilde ik de ogen uit mijn hoofd.”

Er werd Iris geregeld wel gevraagd hoe het ermee stond. “Als ik dan vertelde over het ivf-circuit waarin mijn dochter zat, kreeg ik de te horen: ‘Ach, wat sneu.’ Sneu? dacht ik dan. ‘Het is wel méér dan sneu. Jij met je vijf kleinkinderen hebt echt geen idee hoe moeilijk het is, en hoeveel verdriet er telkens bij komt kijken. Ze susten me vaak: ‘Ach, het komt wel goed.

De artsen kunnen zo veel tegenwoordig.’ Ook zo’n dooddouner waardoor ik alleen maar gefrustreerder werd over de situatie.”

### **Het verdriet mag er zijn**

Psychologe Bolck ziet geregeld dat peilloos verdriet over een onvervulde kleinkinderwens zich uit in een verbetenheid naar de omgeving. Mensen vinden volgens haar pas verlichting als ze eenmaal accepteren dat ze in de rouw zijn, en dat hun verdriet er mag zijn. “Je kunt ook rouwen om een onvervuld verlangen om iets wat nooit geweest is, zoals een kind of een kleinkind.” Maar Iris ervaart dat haar omgeving niet werkelijk begrijpt hoe ze eraan toe is. “Als ik een euro had gekregen voor elke keer dat ons is verteld hoe ontzettend leuk het grootouderschap wel niet is, was ik nu harstikke rijk geweest. Mensen blijven dat maar tegen me zeggen. Echt ongelooflijk. Zelfs onze beste vrienden, die helemaal op de hoogte zijn van hoe het er bij ons voorstaat, kunnen zich niet inhouden.” Bolck denkt dat het wellicht zou helpen als Iris haar vrienden werkelijk deelgenoot maakt van haar intense verdriet. Maar volgens de psychologe vindt de huidige generatie ouderen het lastig om over hun diepste gevoelens te praten, en zeker voor de buitenwereld houden ze zich groot. “Bij veel vrouwen slaat het verdriet over het gemis van kleinkinderen terug op hun zelfbeeld. Ze denken: wat is er mis met mij?” Niet zelden ziet een moeder haar dochter als verlengstuk van zichzelf. Ze piekert: mijn dochter vindt maar ►

---

# ‘Je kunt rouwen om een **onvervuld verlangen** van iets wat nooit geweest is’

---

geen man, mijn dochter wordt maar niet zwanger. Hun eigen kwetsbaarheid en vertwijfeling zetten ze om in oordelen die ze naar hun dochter ventileren: ‘Werk je niet te hard, stress is slecht. Als je zwanger wil worden, kun je beter geen wijn drinken.’

Maar het laatste wat je als moeder mag doen, is je eigen gemis bij je kind neerleggen, stelt Bolck. “Ik maak weleens mee dat dochters die geen kinderen kunnen krijgen zich drukker maken over het verdriet dat ze hun moeder aandoen omdat ze geen oma wordt, dan dat ze zich zorgen maken over zichzelf. Dat de rollen worden omgedraaid, vind ik verkeerd. Ik adviseer vrouwen hun pijn met hun man te delen, met hun familie, met hun vriendinnen, maar zo min mogelijk met hun kind.”

Ervaringsdeskundige Simone Sinjorgo heeft van haar eigen pijn haar werk gemaakt. Zij geeft lichaamsgerichte psychotherapie in haar praktijk De Diamant, om onder meer het verdriet van mensen over het gemis aan (klein)kinderen letterlijk ‘los’ te maken. “Ik zie geregeld bij mijn cliënten dat ze feesten of partijen gaan mijden. De confrontatie met hun emoties vinden ze naar. Ze denderen maar door en schermen zich vaak lichamelijk af, door met hun armen over elkaar voor hun borst te zitten

bijvoorbeeld. Ik herken dit van mezelf. Tijdens mijn therapie bespreek ik daarom ook praktische vraagstukken als: hoe ga je om met goedbedoelde opmerkingen? Hoe praat je erover met elkaar zonder altijd van alles te moeten uitleggen? Veel mensen hebben het gevoel dat ze de enige zijn, voelen zich eenzaam. Maar praten helpt. Je kunt echt weer de waarde gaan inzien van je leven zonder kleinkind en positief naar de toekomst kijken, waarin je iets voor anderen zou kunnen betekenen.”

## Ijsjes

Een positieve blik zou men ook kunnen gebruiken om nieuwe wegen in te slaan. Zo biedt het populaire online magazine Opaenoma.nl met ruim vijftigduizend bezoekers per maand, de mogelijkheid om via een oproepje kleinkinderen te vinden. Volgens eigenaar Nick Wevers kreeg hij zo veel verzoeken dat hij het matchingplatform Bonusoma begon. Wevers bemiddelt zelf niet actief, maar hoe zo’n match kan uitpakken was vorig jaar te zien in het tv programma *Mag ik jullie oma zijn?* Hierin werden ouderen zonder kleinkinderen met de hulp van presentatrice Kim Lian van der Meij aan gezinnen

zonder grootouders gekoppeld. Aan zo’n tv-programma zou de 68-jarige Renée Mulder nooit hebben deelgenomen. Ze had zich allang met haar kinderloze bestaan verzoend, en was niet actief op zoek naar kleinkinderen. Maar toen kwam er een meisje op haar pad, en de mogelijkheid om een rol in haar leven te spelen heeft ze met beide handen aangegrepen. “Mijn buurvrouw Hanneke is een single moeder,” vertelt Renée. “Toen ze pas was bevallen van Olivia heb ik aangeboden om op te passen. Dat doe ik nu al jaren. Soms heeft ze maar een uurtje hulp nodig, soms haal ik Olivia uit school en logeert ze bij me. Ik vind het geweldig!” Op een gegeven moment kom je op een leeftijd dat er in je omgeving veel wordt gesproken over kwalen en gezondheidsproblemen. “Daar is met een kind geen sprake van. We doen spelletjes, kletsen over van alles en nog wat. Ze is nu zes en ze krijgt altijd na het eten een ijsje van me. Laatst vroeg ze me verontrust: ‘Renée, jij bent al oud, maar als jij doodgaat, hoe moet het dan met mijn ijsjes?’ Dat ontroerde me heel erg. Maar ik antwoordde haar rustig dat haar moeder dan een sleutel van mijn huis zou krijgen en een ijsje voor haar zou kunnen pakken. Toen was het ook goed.” ■

Om privacy-redenen is de naam van Iris Huizinga gefingeerd.

