

### Vragen?

In De opvoedvraag beantwoorden experts wekelijks opvoedvragen van lezers. Ook een vraag? Stuur een mailtje naar [opvoedvraag@trouw.nl](mailto:opvoedvraag@trouw.nl)

## Kinderwens de opvoedvraag

# Hoe vertel je een kind dat er geen broertje of zusje komt?

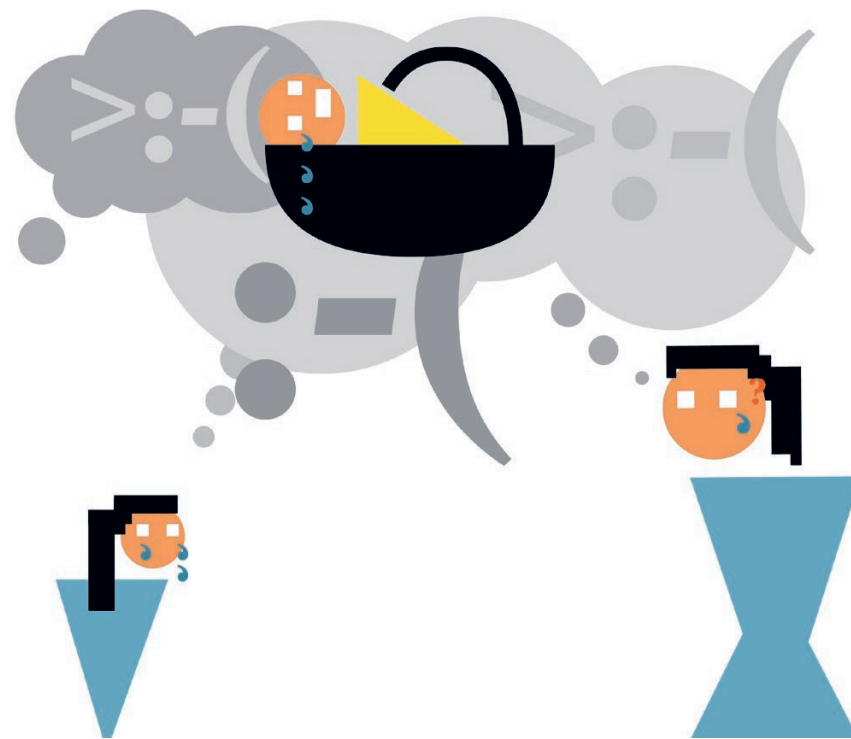
Je wilt heel graag nog een baby, maar het lukt niet. Hoe vertel je dat aan je kind, als zij steeds vraagt om een broertje of zusje?

Een meisje van 6 doet liefdevol haar pop in bad als ze plotseling aan haar moeder vraagt: ‘Wanneer komt mijn broertje of zusje nou?’

“Een vraag die voelt als een stomp mijn maag. Wij willen heel graag een tweede kindje. Maar na jaren proberen, vrezden we dat we die wens achter ons moeten laten. Er zijn regelmatig mensen die ernaar vragen (‘Zo, nog geen tweede op komst?’) en dat doet pijn. Maar het is nog moeilijker als onze dochter het vraagt. Want we zouden het zo graag willen, ook voor haar”, vertelt een moeder. En dus draait ze er een beetje omheen. “We willen haar niet belasten met ons verdriet, maar we kunnen de situatie ook niet negeren. Ze weet wel dat we regelmatig naar het ziekenhuis moeten en dat de dokter ons helpt. Maar niet in detail. Hoe vertellen we onze dochter op een goede manier dat ze geen broertje of zusje gaat krijgen?”

Vanaf een jaar of drie zijn kinderen zich ervan bewust dat er in hun omgeving baby's worden geboren en kunnen ze vragen gaan stellen. Dat kan confronterend zijn als het niet lukt om zwanger te worden. “Een onvervulde kinderwens is een groot verdriet. Je bent in de rouw, én het is een onzichtbaar verlies”, zegt Simone Sinjorgo, therapeut voor mensen met een (nog) onvervulde kinderwens. “Je rouwt om iets dat er niet is en dat er waarschijnlijk ook niet gaat komen.”

Het ziekenhuistraject kent heel veel spannende en emotionele momenten. Secundaire kinderloosheid, de benaming als de kinderwens voor een tweede of volgend



ILLUSTRATIE FADI NADROUS

‘Je rouwt om iets dat er niet is en dat er waarschijnlijk ook niet gaat komen’

kind niet wordt vervuld, is voor mensen in de omgeving vaak moeilijk te begrijpen, zegt Sinjorgo. “Je hebt toch al een kind? Dat maakt dat deze ouders hun verdriet lang niet altijd bespreken met anderen. Toch is erover praten belangrijk. Ga vooral het ge-

voelt. Je kan voor haar begrip de vergelijking maken dat je soms iets heel graag wilt, maar dat je het niet altijd krijgt”, zegt Waanders.

Ouders hoeven niet bang te zijn dat ze hun kind te veel vertellen. Waanders: “Je merkt vanzelf aan je kind hoeveel het aankan. Vaak gaan ze dan gewoon iets anders doen of over wat anders praten. En misschien komt ze er later nog op terug. Wat helpt is dat kinderen de openheid voelen om erover te mogen praten. Dat kun je bijvoorbeeld doen door aan te geven dat ze er altijd vragen over mag stellen.”

Het is absoluut niet erg wanneer ouders hun verdriet laten zien, maar maak het niet te zwaar. Je kunt bijvoorbeeld zeggen dat je je nu verdrietig voelt, maar dat dit gevoel ook weer weggaat. “Voor ouders is er sprake van een rouwproces”, zegt Waanders. “Maar voor het meisje hoeft dat niet zo te zijn. Er zijn genoeg kinderen die enig kind zijn. Dit is hoe het is, ze is niet anders gewend.”

Het meisje moet zeker niet het idee krijgen dat zij minder gewenst is, omdat haar ouders verdriet hebben om het kindje dat er niet is, zegt Sinjorgo. Benadruk vooral hoe blij je met haar bent. Waanders: “Er zijn allerlei verschillende gezinsvormen en jullie zijn met z'n drietjes een heel mooi gezin!”

sprek met je kind niet uit de weg.”

Als het onderwerp emotioneel beladen is, kan het lastig zijn om de juiste woorden te vinden. Bijvoorbeeld als je net te horen hebt gekregen dat een behandeling niet is gelukt. Maar kinderen voelen het verdriet van hun ouders feilloos aan, zegt orthopedagoog Loes Waanders. “Vertel je niet waar je mee zit, dan wordt het iets dat als een donkere wolk in de lucht hangt.”

Mogelijk gaat je kind dan zelf invullen wat er aan de hand kan zijn. Hoe je vertelt dat er (waarschijnlijk) geen broertje of zusje komt, hangt natuurlijk af van de leeftijd. Probeer een rustig moment te vinden. “Een meisje van zes jaar kun je al best goed uitleggen dat het niet lukt om zwanger te raken en dat je je daarom (soms) verdrietig

Cindy Cloin