

BEN JIJ KLAAR VOOR EEN KIND?

DENK JIJ NOG STEEDS DAT JE 'LATER ALS
JE GROOT BENT' WEL KINDEREN WILT...
WAKE UP: LATER IS NU! MAAR HOE WEET
JE OF JE ER KLAAR VOOR BENT?

tekst Nathalie de Graaf fotografie Dennis Golonka/Hollandse Hoogte



«**IK WIL GRAAG KINDEREN**», zegt Desiree (34). «Mijn vriend ook, maar ik vond het belangrijk om eerst mijn studie af te ronden. Toen ik afgestudeerd was, wilde ik graag een poosje werkervaring opdoen en een groter huis kopen voordat ik in verwachting zou raken. Ik heb lang getwijfeld. Inmiddels ben ik 34 en nu pas heb ik het gevoel dat ik eraan toe ben.»

Nederland is een van de weinige landen waar vrouwen gemiddeld op hoge leeftijd hun eerste kind krijgen: 29,8 jaar. Was het pakweg veertig jaar geleden nog volstrekt normaal om met je eerste partner te trouwen, te stoppen met werken en kinderen te krijgen, tegenwoordig stellen – vooral hoogopgeleide – vrouwen het moederschap massaal uit. Gevolg: meer ongewenste kinderloosheid, ivf-behandelingen en vrouwen die zonder partner een kind krijgen. Wat is eigenlijk de reden dat we zo laat moeder worden?

«Angst», zegt Landa (34) op een internetforum over het krijgen van kinderen. «Ik ben een eeuwige uitsteller. Het idee dat je bij het kiezen voor een kind alle controle moet laten gaan, zowel op lichamelijk als relationeel gebied, vind ik doodeng.» Lotte (30) reageert instemmend: «Ik ben heel bang voor veranderingen. Wat doet de zwangerschap met mijn lichaam? Wat gaat er allemaal veranderen in mijn leven? Heb ik nog wel tijd om mezelf te ontwikkelen, cursussen te volgen en een boek te lezen?»

Nog vaker wachten we echter op het 'juiste' moment. Zoals Andrea (37), bijvoorbeeld: «Ik heb lange tijd getwijfeld, dacht dat ik helemaal geen kinderen wilde. Ik keek altijd naar de lasten en de beperkingen. Ik realiseerde me dat je nooit meer een dag zonder zorgen bent als je een kind hebt. Mijn man wilde wel kinderen, maar had het al een beetje uit z'n hoofd gezet.» Totdat ze samen een huis kochten en trouwden. «Dat vonden we best een stap, we waren ineens zo gesetteld. Mijn carrière ging goed en ik voelde dat er ruimte was voor meer dan werk alleen. Omdat mijn biologische klok begon te tikken, besloten we er toch voor te gaan. Het was gelijk raak. Drie jaar geleden werd onze dochter geboren, een fantastische ervaring.»

«ER IS GEEN **IDEAAL MOMENT** OM AAN KINDEREN TE BEGINNEN»



Het is nogal een grote keuze, de beslissing om kinderen te nemen of niet. Veel groter dan voor de generatie voor ons. Anders dan onze moeders trouwen we niet als we begin twintig zijn. Tegen de tijd dat we klaar zijn voor kinderen, kennen we onze partner vaak pas een paar jaar. Is het de ware? En dan die carrière nog, in welke fase bevindt zich die? Moet er nog flink worden geploeterd, of is de fase van oogsten al begonnen?

HET 'IDEAALPLAATJE'

Volgens Nienke Wijnants, psycholoog en auteur van het boek *Het dertigersdilemma* zijn er veel redenen voor ons uitstelgedrag. «Maar de belangrijkste is dat er tegenwoordig iets te kiezen valt», zegt ze. «Tot de komst van de pil viel er vrijwel niets te kiezen. En tot en met de generatie van onze ouders was de pil er vooral om zwangerschappen buiten het huwelijk, voor het 25ste of na het 35ste levensjaar te voorkomen.» Ze legt uit dat daarmee een van de grootste – en voorheen een van de meest logische en natuurlijke – stappen veranderde in een lastig vraagstuk. «Naarmate een keuze ingrijpender of belangrijker is, neemt de stress toe. Het is dan ook logisch dat het wikken en wegen over wanneer je aan kinderen moet beginnen bij sommige mensen lang kan duren.» Daarbij komt dat veel dertigers zich tegenwoordig laten meeslepen door perfectie. Wijnants: «In het 'ideaalplaatje' dat we onszelf en anderen voorhouden, hoort bij een succesvol leven uiteindelijk een kind.

Sommige dertigers voelen dat een kind in hun leven wellicht niet zal passen en stellen het daarom steeds langer uit. Maar uiteindelijk zwichten ze voor dat ideaalbeeld.»

GEEN MAN, GEEN KIND

Cas Wouters, hoogleraar sociologie aan de Universiteit van Utrecht, ziet nog een andere tendens: «Vrouwen en mannen doen er steeds langer over om een partner te vinden met wie ze kinderen willen. De verwachtingen zijn steeds hoger opgelopen, de ander voldoet niet zo snel. Iemand heeft vaker meerdere malen achter elkaar één partner. Die toename van seriële monogamie zorgt ervoor dat vrouwen de kinderkeuze steeds meer voor zich uit schuiven.»

Een herkenbaar voorbeeld voor Anne (36): «Op m'n dertigste gingen mijn vriend en ik na acht jaar uit elkaar. Kinderen waren tijdens onze relatie niet ter sprake gekomen, we waren nog jong en vooral met onze loopbaan bezig. Maar opeens was ik dertig en begon mijn biologische klok te tikken. Zal ik nog wel op tijd een man vinden? vroeg ik me af.» Gelukkig voor Anne was het drie jaar later zover. «Gek genoeg wist ik meteen dat ik met Ralph kinderen wilde, hij leek me de ideale vader. We hebben er dan ook geen gras over laten groeien: inmiddels hebben we een jongen en een meisje.»

Volgens socioloog Wouters zijn vrouwen niet de enigen die hun kinderwens uitstellen, mannen kunnen er ook wat van. «Ze willen wel, maar voor hen geldt nóg sterker dan voor vrouwen

dat ze zich eerst willen bewijzen op het gebied van werk», zegt hij. Wijnants beaamt dat. «Steeds meer pasgeborenen hebben een veertiger als vader. Nog maar een kleine groep mannen krijgt zijn eerste kind voor zijn dertigste.» Dat mannen geen last hebben van een biologische klok blijkt echter een utopie. «Onderzoek toont aan dat mannen wel degelijk over een fysiologische biologische klok beschikken», zegt Wijnants. «De kwaliteit van het erfelijk materiaal in sperma neemt af naarmate de man ouder wordt. Groot verschil tussen de afname in vruchtbaarheid bij mannen en vrouwen is wel dat dit proces bij mannen geleidelijk verloopt, terwijl de vruchtbaarheid van een vrouw op een gegeven moment drastisch afneemt en abrupt in onvruchtbaarheid eindigt.»

SCHRIKBEELD

Nu we dus steeds vrijer kunnen beslissen over ons leven, laat de natuur ons in de steek. Voor lang twijfelen over de vraag 'wel of niet een kind', is veel minder tijd dan we ons realiseren. Het schrikbeeld op een rijtje: een vrouw is op haar vruchtbaarst tussen haar 20ste en 24ste jaar. Tot je 30ste heb je per maand twintig procent kans om zwanger te worden. Op je 35ste is dat tien procent en na je 38ste nog maar vijf procent. De kans op een miskraam neemt na de veertig drastisch toe: met vijftig procent. Wie op haar 33ste geen geschikte partner heeft, gaat het dus nog erg spannend krijgen. En dat terwijl het inmiddels heel normaal is

om na je 30ste je partner te verlaten in afwachting van een grote liefde. «Er kleven risico's aan het uitstellen van je kinderwens», benadrukt Wijnants. «Voor veel mensen blijkt het na jaren van twijfelen uiteindelijk 'te laat'.»

Een van die uitstellers is Sarah, inmiddels veertigplus en ongewenst kinderloos. «Ik ben nooit zo met kinderen bezig geweest, vond mijn baan en vrijheid veel belangrijker», zegt ze. «Daarbij kwam dat ik mijn man pas op mijn dertigste leerde kennen en het even duurde voordat we gingen samenwonen.» Pas op haar 36ste begon het bij Sarah te kriebelen. «Ik vond kinderen steeds leuker, dat merkte ik vooral als er nichtjes en neefjes op bezoek kwamen. Maar ook mijn leeftijd speelde een rol, de angst dat het niet meer zou lukken, zorgde ervoor dat we het toch wilden proberen.»

Die angst bleek echter terecht, Sarah werd niet zwanger. «Medisch gezien is er zowel bij mijn man als bij mij niets mis. Het heeft met mijn leeftijd te maken dat ik niet in verwachting raak.» Een enorme teleurstelling, zeker omdat het latere adoptieproces ook mislukte. Sarah: «Ik moest mijn toekomstverwachting bijstellen en dat kostte me veel moeite. Ik vind het jammer dat ik niet ervaar hoe het is om moeder te zijn. Als ik op vakantie leuke gezinnetjes zie, dan moet ik echt even slikken. Inmiddels kan ik wel weer van mijn vrijheid genieten, maar als ik het over mocht doen, dan zou ik er zeker eerder aan beginnen.»

GEEN IDEAAL MOMENT

Wijnants helpt de 'planners' en 'uitstellers' dan ook graag uit hun droom. «Er is geen ideaal moment om aan kinderen te beginnen», zegt ze stellig. «Uitstelgedrag staat bij veel mensen vaak voor een dieper liggende twijfel. Over het 'willen' van een kind, bijvoorbeeld, over de relatie of het ontbreken daarvan.» Natuurlijk is een aantal praktische zaken zoals een vast inkomen en een goed onderkomen belangrijk, beaamt ze. «Maar het gevaar schuilt erin dat dertigers tegenwoordig heel andere eisen stellen dan pakweg tien, twintig jaar geleden. Er moet geld zijn voor een Bugaboo en een prachtig ingerichte babykamer. Dertigers van nu zijn vergeten dat onze ouders vaak het eerste wiegje tussen het studentikoze meubilair hadden staan. De enige fundamentele legitieme twijfel is dan ook meestal: wil ik wel een kind?»

Zorgelijk vindt Wijnants de illusie van de totale maakbaarheid van het leven. «Het 'plannen' van kinderen op 'exact' het juiste moment in je leven creëert de illusie dat er een ideaal leven is, dat *zu haben* is. De lat wordt zo hoog gelegd dat het onmogelijk wordt om aan alle eisen te voldoen.» Volgens de deskundige laten veel vrouwen zich meesleuren door het perfecte plaatje, alsof het gaat om de uitvoering van een 'kinderplan'. «Van hoe de conceptie, zwangerschap en bevalling moeten verlopen, tot aan alle benodigdheden – gektes over kinderwagens, kinderkamers en openluchtschooltjes waarvoor je eigenlijk al

«ALS IK OP VAKANTIE **LEUKE GEZINNETJES** ZIE, DAN MOET IK ECHT EVEN SLIKKEN»

«VOOR VEEL MENSEN BLIJKT HET NA **JAREN VAN** **TWIJFELEN** UITEINDELIJK ‘TE LAAT’»

drie jaar ingeschreven had moet staan – tot aan de opvoeding», zegt ze.

SPITSUUR!

Volgens Klaske (37), arts en moeder van vier kinderen, is kinderen krijgen puur een gevoelskwestie. «Tijdens mijn afstuderen was ik hoogzwanger. Toen ik voor de bulcommissie stond, had ik het idee dat ze dachten: ‘Daar staat er weer een die verloren is voor het vak.’ Ik werd daar alleen nog maar meer vastbesloten van. Ik heb altijd geweten dat ik kinderen wilde. Net zoals ik altijd heb geweten dat ik arts wilde worden. Dus op een gegeven moment zou ik een en ander moeten gaan combineren, dat stond vast. De vraag was alleen: wanneer? Het leek me makkelijker om er vroeg aan te beginnen, zodat ik kon wennen aan kinderen en werken tegelijk. En dat klopte, voor mij is die combinatie vanzelfsprekend. Het lijkt me veel moeilijker om je hele leven al gepland te hebben, een carrière te hebben en dat er dan nog kinderen bij komen.»

Klaske heeft geen moment getwijfeld of het op haar 26ste verstandig was om moeder te worden. «Mijn man en ik wisten allebei dat we graag kinderen wilden, dus toen we een aantal jaren samen waren, lieten we de natuur haar gang gaan. Natuurlijk heb ik weleens gedacht: gaat dit niet ten koste van mijn carrière? Maar ik denk dat het leven niet te plannen is. Als er eenmaal kinderen zijn, valt er immers ook weinig te plannen, je moet dan juist heel flexibel zijn.» Veel van haar vriendinnen en collega's zijn later aan kinderen begon-

nen. «Als je 36 bent, is het moeilijker om nog aan een groot gezin te beginnen. Eind dertig zijn en drie kleine kinderen hebben, dát lijkt me pas zwaar.»

Het is een feit: tussen je dertigste en je veertigste zit je in het spitsuur van je leven. Je wilt én die carrière én dat leuke gezinnetje, alles komt tegelijk. Voor sommige vrouwen is dat om gek van te worden. Want wat moet er nu eerst? Relax. Laat los. Ga op je gevoel af en bedenk wat je écht belangrijk vindt in het leven. Twijfelen heeft geen zin, knopen doorhakken wel. En daarna zie je wel weer verder. Toch? *

OM PRIVACYREDEKENEN ZIJN SOMMIGE NAMEN IN DIT ARTIKEL GEFINGEERD.

Signalen dat je klaar bent voor kids

- Als je steeds vaker de pil vergeet, of het familypack condooms opeens af en toe onaangeroerd blijft.
- Opeens wil je de baby's van vrienden tijdens de kraamvisite wél vasthouden.
- Je ziet je ouders ouder worden en denkt: ik wil ze nog zien als opa en oma.
- Enge cijfers over leeftijd en vruchtbaarheid grijpen je bij de keel.
- Kleine kinderen ergeren je niet meer, je begint ze zelfs schattig te vinden.
- Alle grote reizen gemaakt, droombaan bereikt, alle restaurants van binnen gezien en je wordt overvallen door een gevoel van verveling.
- Je hoort jezelf tegen een vriendin verzuchten: ik ben op mezelf uitgekeken.

