

VAN KINDERWENS NAAR VERTROUWEN

EEN LIEFDEVOLLE BOODSCHAP VOOR VROUWEN EN
STELLEN DIE VERLANGEN NAAR EEN KINDJE

"JE HOEFT
NIET
ALTIJD
STERK TE
ZIJN."

HERKENBARE
GEVOELENS EN
GEDACHTEN

Een uitnodiging
om even stil te
staan bij jou 



Lieve jij...

Misschien lees je deze gids
terwijl je al een tijdje verlangt
naar een kindje.



Misschien leef je van maand tot maand, met hoop, spanning en teleurstelling die elkaar afwisselen. Misschien herken je het gevoel dat je leven soms even stilstaat, terwijl de wereld om je heen gewoon doorgaat.

Zwangerschapsaankondigingen.

Babyshowers. Goedbedoelde adviezen.

Vragen waar je eigenlijk geen antwoord op wilt geven.

Ondertussen draag jij een verlangen met je mee dat niet altijd zichtbaar is voor anderen. Een verlangen dat soms pijn doet. Dat soms alles overheerst. En dat soms zo groot voelt dat je niet weet met wie je het moet delen.

Daarom schreef ik deze gids.

Niet om je nóg meer informatie te geven, maar om je een moment van herkenning te schenken. Een moment waarop jij even niets hoeft uit te leggen. Een moment waarop jij mag voelen:

Je bent niet alleen. 💕

Misschien herken je dit

Dat je iedere maand opnieuw
hoopt.....

Dat je hart even sneller gaat
kloppen wanneer je
menstruatie uitblijft.

Dat je blij bent voor
anderen...
...en tegelijkertijd verdriet
voelt voor jezelf.

Voer alles wat je voelt...

Misschien ben je moe.

Moe van het wachten.

Moe van de onzekerheid.

Moe van alle gedachten die steeds opnieuw door je hoofd gaan.

En misschien probeer je ondertussen sterk te blijven voor iedereen om je heen.

Maar je hoeft niet altijd sterk te zijn.

Alles wat je voelt, mag er zijn.

Het verdriet.

De teleurstelling.

De boosheid.

De angst.

Maar ook de hoop.

Want ondanks alles blijf je hopen.

En dat zegt iets over jouw kracht.

Niet omdat je altijd overeind blijft.

Maar omdat je iedere keer opnieuw de moed vindt om verder te gaan.

Wees zacht voor jezelf.

Juist nu.💜

"Je hoeft deze weg niet alleen te bewandelen."

WAT IK JE GRAAG WIL meegeven

- Je gevoelens mogen er zijn.
- Je bent niet zwak als je het moeilijk hebt.
- Je waarde hangt niet af van een positieve test.
- Je hoeft dit niet alleen te dragen.
- Er is ruimte voor hoop én verdriet tegelijk.



WAAROM IK DIT WERK DOE...

Soms vragen mensen mij waarom ik ervoor gekozen heb om vrouwen met een kinderwens te begeleiden.

Het antwoord zit niet alleen in mijn opleiding of in mijn eigen ervaringen. Het zit ook in de vele verhalen van vrouwen die ik in de loop der jaren van dichtbij heb mogen ontmoeten.

Verhalen van hoop, verlangen, verdriet, verlies en veerkracht. Ik zag hoe groot de impact van een kinderwens kan zijn. Hoe vrouwen zichzelf soms onderweg kwijtraken. Hoe er veel aandacht is voor onderzoeken, behandelingen en medische trajecten, maar veel minder voor alles wat er vanbinnen gebeurt.

Misschien raakte dat me ook omdat ik zelf weet hoe het voelt wanneer een zwangerschap niet vanzelfsprekend verloopt. Hoe groot het verlangen kan zijn. Hoe diep het verdriet kan zijn wanneer je afscheid moet nemen van een zwangerschap waar je al van droomde.

Juist daardoor groeide het verlangen om meer te betekenen voor vrouwen tijdens deze bijzondere en soms moeilijke periode.

Niet door alle antwoorden te hebben.

Maar door een plek te bieden waar alles er mag zijn.

Waar ruimte is voor verdriet én hoop.

Voor onzekerheid én vertrouwen.

Omdat ik geloof dat geen enkele vrouw deze weg alleen zou moeten bewandelen.

Dat is waarom ik dit werk doe.



KINDERWENS EN JE RELATIE

En je partner dan?

Een kinderwens raakt niet alleen jou. Ook je partner bewandelt deze weg. Toch ervaren veel stellen dat ze deze periode heel verschillend beleven.

Misschien herken je dat jij er dagelijks mee bezig bent. Je houdt je cyclus bij, leest informatie, voelt spanning rondom vruchtbare dagen en denkt na over de toekomst. Terwijl je partner er minder over lijkt te praten of het onderwerp soms juist vermijdt.

Dat kan pijnlijk voelen.

Misschien vraag je je af of het hem wel net zo raakt. Of waarom hij niet vaker deelt wat er in hem omgaat.

Maar vaak betekent stil zijn niet dat het minder pijn doet.

Veel mannen verwerken gevoelens anders. Waar vrouwen hun emoties vaker delen, proberen mannen het soms zelf op te lossen, sterk te blijven of hun verdriet minder te laten zien. Niet omdat het hen niet raakt, maar omdat ze niet altijd woorden kunnen geven aan wat er van binnen speelt.

Juist daardoor kunnen misverstanden ontstaan.

Jij voelt je misschien alleen in je verdriet. Terwijl hij zich machteloos voelt omdat hij niet weet hoe hij je kan helpen.

Een kinderwens kan jullie dichter bij elkaar brengen, maar soms ook juist voor afstand zorgen. En dat is niet vreemd.

Probeer elkaar niet te overtuigen van hoe het zou moeten voelen.

Blijf nieuwsgierig naar elkaars beleving.

Vraag niet alleen:

"Hoe gaat het met onze kinderwens?"

Maar ook:

"Hoe gaat het eigenlijk met jou?"

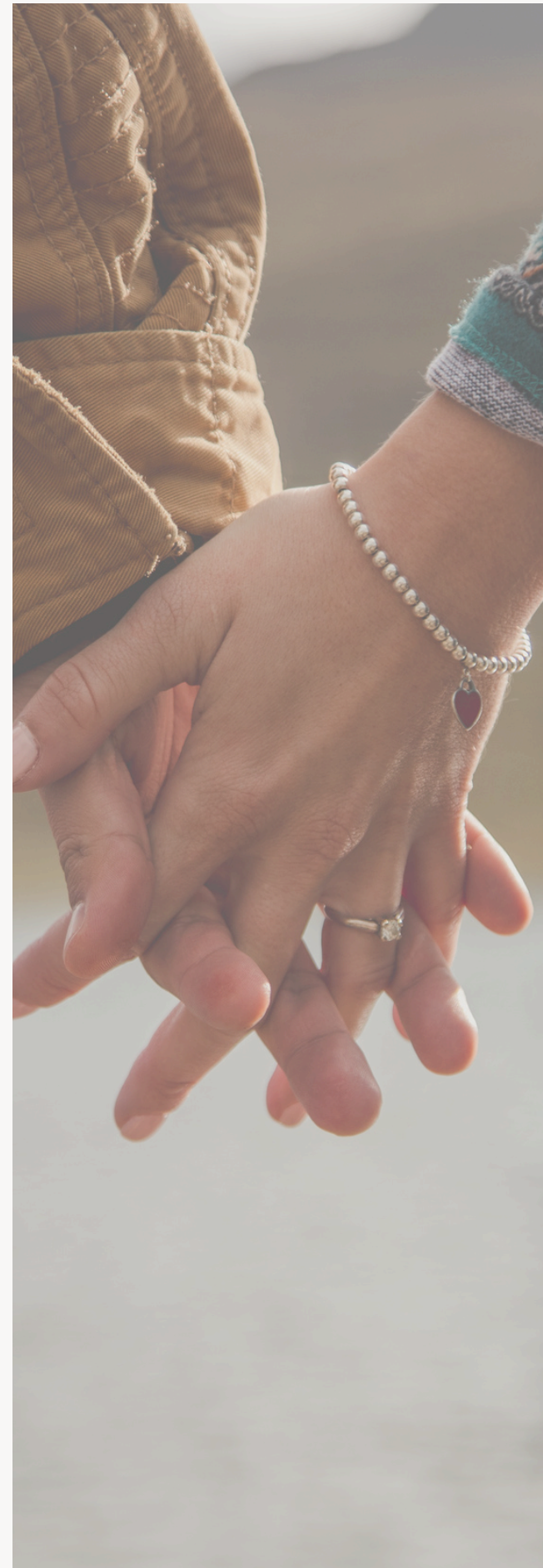
Soms ontstaat er juist in dat gesprek weer ruimte voor verbinding.

Vergeet niet dat jullie naast toekomstige ouders ook partners zijn.

Maak daarom ook ruimte voor momenten waarop de kinderwens even niet centraal staat. Een wandeling, een etentje of gewoon samen op de bank. Niet omdat de kinderwens minder belangrijk is, maar omdat jullie relatie ook aandacht verdient.

Jullie dragen allebei hetzelfde verlangen. Alleen niet altijd op dezelfde manier.

En dat is oké.



VOEL JE DAT JE DIT NIET LANGER ALLEEN WILT DRAGEN?

Misschien heb je jezelf herkend in deze pagina's.

Misschien voelde je opluchting.

Misschien kwamen er emoties naar boven die je al een tijdje had weggestopt.

Wat het ook is...

Ik hoop dat deze gids je heeft laten voelen dat je niet alleen bent.

Dat jouw gevoelens er mogen zijn.

En dat er niets mis is met jou.

Je hoeft niet altijd sterk te zijn.

Je hoeft niet alles alleen uit te zoeken.

Een plek waar je niets hoeft uit te leggen.

Waar we samen kunnen kijken naar wat jij op dit moment nodig hebt.

Daarom nodig ik je graag uit voor een vrijblijvend momentje van 30 minuten.

Gewoon een moment waarin alles er mag zijn

Ik luister graag naar jouw verhaal



Gratis kennismaken?

Liefs Sonja