

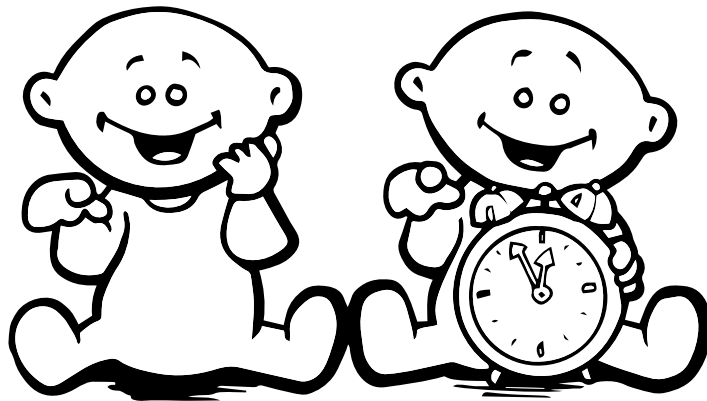
**Ida Kersseboom**

# Het babydilemma

**Voor vrouwen die twifelen over kinderen krijgen**

HEEEE... HOREN WE NOU  
EEN BIOLOGISCHE KLOK TIKKEN?

KOMT DAT GELUID  
BIJ JOU VANDAAN?



**WATER**

.....

# Inhoud

Voorwoord	9
<b>Positie van de vrouw</b>	
Wat voor type vrouw ben jij?	14
Van vanzelfsprekendheid naar bewuste keuze	19
Kindervrij of moeder, we zijn VROUW!	23
<b>Samenleving &amp; kindervens</b>	
Dé baargeneratie van nu	36
Gezinssituaties	45
Singles & kinderen	49
Eenkindgezinnen	60
De wereld verandert	66
Bevolkingspolitiek nodig of niet?	77
Ontmoediging kinderen krijgen door werkgevers	82
<b>Filosoferen over kinderen</b>	
Voordelen en nadelen van kinderen	92
Een kind? Jouw beslissing!	97
Mis je liefde als je kindervrij blijft?	104
Een kind is ook wel makkelijk	110

## **Gezondheid & kinderwens**

Geen tijd tot in de eeuwigheid	115
Kwalencircus rondom zwangerschap en bevalling	126
Hoe ver wil je gaan om kinderen te krijgen?	133

## **Gedachten & emoties**

Gedachten & emoties rondom een babydilemma	141
Spijt	144
Vrijheid	150
Geluk met en zonder kinderen	155

## **Ouderschap**

Moeders met jonge kinderen zwoegen zich rot	162
Kinderen en relatie	167
Vriendschap na de komst van kinderen	172
Opvoeden van een kind	178
Zorg voor een kind	184
Kosten van een kind	190

## **Los je babydilemma op**

Redenen om aan de slag te gaan	196
Keuzestress	197
Visualiseer jouw perfecte leven	202
Oorzaken van een babydilemma	207
Je bent niet de enige	208
Met je babydilemma aan de slag	216
Vier je keuze	224

Over Ida & Baby Dilemma	228
Over Dil & Emma	230
Nawoord & dank	232
Bronnen	234

# Voorwoord

Geniet jij regelmatig met vriendinnen van een heerlijk avondje uit? Gezellig uit eten en toosten op het goede leven? Praten over onderwerpen als daten, relaties, werk, wereldproblematiek, over de kinderen of juist over de grote kindervraag: wel of geen kind? De een wil kindervrij blijven, de ander heeft al een kind en denkt na over een tweede, en de volgende weet het niet omdat ze single is waardoor het een gecompliceerd verhaal wordt. Weer een ander ervaart enorme druk want iedere maand voelt als de laatste vruchtbare maand.

Ondanks dat de wijn tijdens het gezellige diner uitstekend van smaak is, wil je die avond niet te veel drinken. Je hebt morgen een drukke werkdag voor de boeg. Daarna wil je graag nog een rondje hardlopen met de hardloopclub. O ja, en na het hardlopen zou je nog even langsgaan bij een oud-collega waarvan de relatie net gesneuveld is. Ze heeft een schouder nodig om op uit te huilen.

Zomaar een dag uit een heerlijk druk en vol leven van een doorsnee, dynamische en vruchtbare vrouw. Een vrouw zoals jij! Maar het kan beter. Er knaagt iets wat voor irritante en inmiddels structurele afleiding zorgt in dit mooie leven. Door je leeftijd word je gedwongen om over een kind of een volgend kind na te denken en liever zou je dit nog een hele tijd willen uitstellen. Je voelt je jonger dan je bent, maar daar hebben jouw eicellen maling aan. Kinderloosheid ligt op de loer. Balen, maar keiharde realiteit!

Er schieten allerlei vragen door je hoofd. Past een kind wel in mijn leven? Wil ik concessies doen? Voegt een kind iets toe aan mijn geluksgevoel? Wil ik wel zo'n grote verandering aangaan in mijn leven terwijl ik het eigenlijk prima naar mijn zin heb? Waar blijft dat oergevoel? Wil ik niet eerst een carrière sprong maken? Is de wereld niet al vol genoeg? Zou ik wel een goede moeder zijn? En als ik het niet leuk blijf te vinden, dan zit ik levenslang met een kind opgezadeld! Wat dan?

Wel of geen kind? Deze vraag maakt niet ongelukkig, maar gelukkiger word je er ook niet van. Er is één ding dat je wilt voorkomen en dat is SPIJT! Spijt is een sluimerende aandoening die je geluksgevoel aan kan tasten. Spijt omdat je een verkeerde beslissing hebt genomen. Spijt omdat je géén beslissing hebt genomen of te laat was om nog een beslissing te kunnen nemen.

Langdurig twijfelen kan ervoor zorgen dat nieuwe plannen voor de toekomst stagneren of mooie gedachten worden verstoord door de steeds terugkerende babyvraag. Het kan je ook gevoelens van angst geven, omdat je bang bent dat het te laat is.

.....

**IK GA SAMEN MET JOU OP ZOEK NAAR HET  
ANTWOORD OP DE MOOIE, MAAR MOEILIJKE  
LEVENSVRAAG: WEL OF GEEN KIND?**

.....

Het verlangen om dit dilemma op te lossen en een keuze te maken staan in dit boek centraal. Een goede eerste stap is om informatie te vergaren over wat jouw babydilemma veroorzaakt. Niet langer deze enorme levensvraag wegwuiven maar actief met het conflict omgaan. Je denkproces op gang brengen. Hoe weet jouw onbewuste anders dat je een babydilemma hebt? Je intuïtie is uiteindelijk je beste adviseur, aangevuld met rationele feiten.

In dit boek wordt het babydilemma van alle kanten belicht. Hoe eerder je jezelf deze levensvraag stelt, hoe beter. Ook al besluit je uiteindelijk nog te willen wachten; laat de vraag alvast lekker pruttelen en doordringen tot je onbewuste. Een goede of slechte beslissing is er niet! Het gaat erom dat jij de juiste beslissing neemt, voor nu en voor later.

.....

**INFORMATIE VERGAREN IS DE JUISTE EERSTE STAP.  
HOE WEET JE ONBEWUSTE ANDERS DAT JE EEN  
BABYDILEMMA HEBT?**

.....

Onderwerpen die in dit boek aan bod komen zijn; de baargeneratie van nu, de veranderende wereld en samenleving, de voor- en nadelen van kinderen, singles, veroudering, het vinden van een perfecte work-life balance, bevolkingspolitiek, de hoofdoorzaken, carrière, spijt, vrijheid, zwoegende moeders, emoties, kwalen, kosten, zorg, vriendschap, geluk en meer. Per hoofdstuk geef ik je vragen die je aanzetten tot nadenken.

Ik ben benieuwd naar jouw uiteindelijke beslissing en wens je veel leesplezier!

Liefs,  
Ida Kersseboom

PS Ik ben me ervan bewust dat dit boek gevoelig kan liggen bij vrouwen die graag kinderen willen krijgen en waarbij het niet of moeilijk lukt. Dit boek richt zich echter op de periode voorafgaand aan een mogelijke zwangerschap. In die periode is het voor vrouwen vaak onbekend of ze kinderen kunnen krijgen.

# Wat voor type vrouw ben jij?

.....

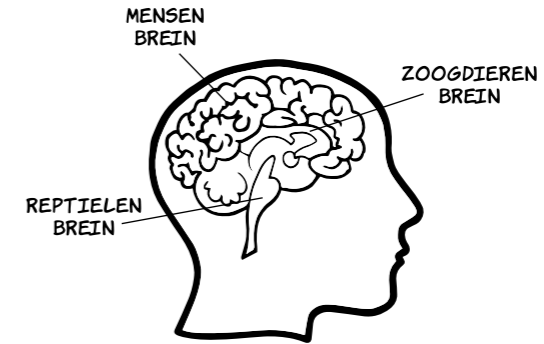
BEN JIJ NET ALS IK EEN DRAAIKONT? WEL EEN KIND, GEEN KIND, WEL EEN KIND, GEEN KIND, TOCH NIET, WEL, MISSCHIEN, MMM, KWEET 'T NIET, WELLES, NIETES, AAAAAAHHHHH!!

.....

Het oermoedergevoel is een primair gevoel. Bij sommige vrouwen is dit gevoel aanwezig en bij andere minder of helemaal niet. Ik ben een semi-geboren moeder, een twijfelaar, zonder oermoedergevoel of misschien een heel klein beetje. Heb jij moedergevoelens en tot welk type vrouw behoort jij?

## Het oergevoel

Onze oergevoelens als veiligheid, voeding en voortplanting zitten geworteld in het oudste deel van ons brein, het reptielenbrein. Het reptielenbrein gaat over onze primaire levensfuncties die noodzakelijk zijn voor het overleven en voortplanten. Seksueel gedrag puur ten behoeve van de voortplanting komt vanuit je reptielenbrein. Dit is dierlijk gedrag, zonder emoties, logica en intelligentie.



.....

EEN DERDE VAN DE VROUWEN DIE TWIJFELT OVER EEN EERSTE KIND ERVAART GEEN MOEDERLIJKE GEVOELENS

.....

De evolutie heeft ons voorzien van een zoogdierenbrein dat zorgt voor positieve en negatieve emoties. Hierdoor zijn voeding en seks niet enkel en alleen meer primair aanwezig, maar kunnen we er ook van genieten. Dit brein zorgt ervoor dat je angst en liefde kunt voelen.

Naast het zoogdierenbrein bezitten we een mensenbrein (neocortex). Evolutionair gezien is het mensenbrein betrekkelijk jong en het zorgt ervoor dat we rationeel nadenken over dingen, redeneren, problemen kunnen analyseren en ook oplossen. Ons eigen geluk ontwikkelen. Dit brein onderscheidt ons van andere dieren. Het maakt ons menselijk.

Door het zoogdierenbrein en het mensenbrein is de rol van het reptielenbrein kleiner geworden. Het reptielenbrein wordt alleen nog ingezet als er gevaar dreigt of in geval van stressvolle situaties. Omdat we niet meer enkel en alleen primair aan voortplanten denken, maar met gevoel en verstand, is kinderen krijgen bij veel vrouwen niet standaard meer.

## Typen vrouwen

Je kunt vier typen vrouwen onderscheiden:

### 1 De geboren moeders -> de 100% groep

Vrouwen die van jongs af aan weten dat ze graag moeder willen worden.

Geboren moeders zijn geboren voor het moederschap. Voor deze oermoeders is de keuze snel gemaakt, het is hun levensmissie. Wat roet in het eten kan gooien is als ze geen kinderen kunnen krijgen. Voor deze geboren moeders valt kinderloosheid ontzettend zwaar, omdat het hoofddoel van hun bestaan wegvalt.

### 2 De semi-geboren moeders -> de 50% groep

Vrouwen die twijfelen over het moederschap.

Bij semi-geboren moeders verandert het standpunt over kinderen regelmatig. Oeverloos van links naar rechts manoeuvreren en maar geen keuze kunnen maken. Het leven heeft zoveel moois te bieden en het krijgen van kinderen is een van de opties waaruit je kunt kiezen. Een gulden middenweg kiezen is helaas niet mogelijk.

### 3 De kindervrije vrouw

Vrouwen die van jongs af aan weten kindervrij te willen blijven.

De kindervrije vrouwen zijn een groeiende groep en dit zal de komende jaren niet veranderen. Deze groep kiest er bewust voor om kindervrij te blijven. Als het moedergevoel toch al ontbreekt, is de keuze voor deze vrouwen om kindervrij te blijven makkelijk gemaakt. Van kindervrije vrouwen wordt vaak gedacht dat ze kinderen niet leuk vinden, maar meestal is het tegenovergestelde waar en vinden ze kinderen juist ontzettend leuk. Deze groep heeft alleen andere prioriteiten aan het leven gesteld en geniet vaak intens van kinderen van familie of vrienden. Soms dragen ze zelfs actief een steentje bij, door de zorg voor kinderen van vrienden of familie te vergemakkelijken.

### 4 De flexibele vrouw

Flexibele vrouwen willen een leven met of zonder kinderen maar zijn daar flexibel in. Het leven zit vol met verrassingen en misschien past daar een kind in. Misschien ook niet. Ze zijn zich bewust van het feit dat ze een groot deel van hun levensgeluk zelf in de hand hebben, maar dat dit niet geldt voor randvoorwaarden zoals een partner, gezondheid, werk en kinderen. Door die randvoorwaarden moeten ze soms meeveren en hun verwachtingen bijstellen. En dat doen ze dan ook; ze deinen mee op de golven van het leven.

WAT VOOR TYPE VROUW BEN JIJ EN WAAROM?

.....

**BIJ TWIJFEL NIET DOEN? NEE, DAT IS TE MAKKELIJK.  
TWIJFELEN IS JUIST GOED, ZOLANG HET GEZONDE  
TWIJFEL IS. NIET TE ONZEKER, MAAR OOK WEER NIET  
TE ZEKER. WAAROM TWIJFEL JIJ EIGENLIJK?**

.....

Ben jij net als ik een twijfelaar? Alleen met dit onderwerp of met alles? Het moedergevoel helpt steeds minder mee met het maken van een keuze, en een zoogdierenbrein en mensenbrein lijken handig, maar niet als je moeite hebt om een kindkeuze te maken. Lastig!