

Zwanger worden. Voor de meeste vrouwen is het een fantastische ervaring. Behalve wanneer het kind ongewenst is. In 2005 kozen in ons land 18.000 vrouwen voor een abortus, een beslissing die vaak hun hele leven overhoophaalt. Niet alleen is er het enorme taboe, maar ook de schuldgevoelens en het verdriet zijn zwaar om dragen. Lies en Nadine (*fictieve namen, nvdr*) ondergingen allebei een abortus. Voor het eerst vertellen ze hun verhaal.

NADINE BRAK HAAR DERDE ZWANGERSCHAP AF ONDER DRUK VAN HAAR MAN

'Ik voel me zo vreselijk schuldig tegenover dat kindje'

Zij wou nog heel graag een derde kind, hij niet. En toch werd Nadine (38) uit Antwerpen zwanger. Haar echtgenoot stelde haar voor de keuze: of de baby, of hun huwelijk. Nadine koos voor het laatste en pleegde abortus.

Ik heb altijd geweten dat mijn man maar twee kinderen wilde', begint Nadine, een grafisch vormgeefster, haar verhaal. 'Maar ik wilde er zó graag nog één. Na de geboorte van ons tweede kind heb ik een spiraal laten zetten, maar dat werd drie jaar geleden om medische redenen gedurende een paar maanden weggenomen. In die periode ben ik zwanger geworden.'

Wist je man dat je opnieuw vruchtbaar was?

Ja, maar omdat hij geen condoom wilde gebruiken, dacht ik dat het oké was. Ik heb mezelf op die manier goed gepraat: 'Hij wéét dat ik geen spiraaltje meer heb, dus is hij óók schuldig.' Ik was er bovendien van overtuigd dat hij zou bijdraaien eens ik zwanger zou blijken. Trouwens, op ons eerste kind hadden we vier jaar moeten wachten, dus hoe groot was de kans?

Hoe reageerde hij toen het wél raak was?

We hebben samen een zwangerschapstest gedaan en toen die positief was, zijn we allebei begonnen lachen. Ik uit blijdschap, hij van pure spanning. Kort daarna zei hij: 'Ja maar, dit gaat niet, hé.

Ik wil helemaal geen derde kind.'

En jij hebt je daarbij neergelegd?

Ik had geen keuze. Hij had me op een bepaald moment laten verstaan dat het goed was als ik de baby wilde houden, maar dan wel zónder hem. En dat zag ik niet zitten. Ik vond het ook oneerlijk om hem te dwingen tot iets wat hij niet wou. Bovendien kreeg ik het niet over mijn hart om een kind op de wereld te zetten waar de vader tegen zegt: 'Ik heb je nooit gewild.' Dat was dan ook de enige reden waarom ik heb toegestemd in de abortus.

Heb je je man niet proberen te overtuigen?

Natuurlijk wel. De twee weken waarin we de knoop hebben moeten doorhakken, waren verschrikkelijk omdat ik voortdurend heen en weer geslingerd werd tussen hoop en wanhoop. Ik heb tot de allerlaatste minuut gedacht dat hij zich zou bedenken. Toen we al in de wachtzaal zaten, hoopte ik nog dat hij zou zeggen: 'Kom, we gaan naar huis. Alles komt goed.' Maar dat deed hij niet.

Hoe heb je de abortus verteerd?

Heel slecht. Het bleef in mijn



'Ik kan niet blijven treuren. Dat is niet goed voor mij, mijn kinderen en mijn huwelijk', beseft Nadine.

hoofd spelen. Ook mijn huwelijk was een catastrofe. Ik voelde me onbegrepen. Ik mocht niet kwaad zijn op mijn man, want ik was akkoord gegaan met de abortus, maar toch zat ik met enorm veel woede.

Ook op jezelf?

In de eerste plaats! Ik had iets gedaan waar ik niet achter stond en

toch had ik dat papier uit vrije wil getekend. Die boosheid is nog altijd niet weg. Waarom heb ik mezelf toch in zo'n situatie geplaatst? Ik ben daar veel te licht overgegaan en heb het onderschat. Als ik die zwangerschap eerst uitgebreid met mijn man had besproken en hij had dan neen gezegd, was ik óók teleurgesteld ge-

weest. Maar dan had ik tenminste geen abortus moeten ondergaan. Nu is het een litteken waarmee ik moet blijven rondlopen.

Hoe stond je tegenover je man na de ingreep?

Ik was ontzettend veeleisend voor hem, in de zin van: 'Jij hebt me dit aangedaan, dus nu mag ik álles van je vragen.' Maar zo werkt het natuurlijk niet.

Kon je er met hem over praten?

Nee. Bij hem was het van: 'Het is gebeurd, nu gaan we gewoon door met ons leven.' Maar dat kon ik niet. Hij had wel begrip voor mijn gevoelens, maar hij kon er niet bij dat mijn verwerkingsproces zo lang duurde.



'Ik wilde die abortus niet. Zelfs in de wachtzaal hoopte ik nog dat mijn man me zou zeggen: 'Kom, we gaan naar huis. Alles komt goed'', herinnert Nadine zich.

'Of ik mijn man vergeven heb? Die abortus is een litteken dat nooit meer weggaat. Ik zal altijd blijven rouwen'

Hoe heeft je huwelijk dit overleefd?

Dankzij het cRZ (*Centrum voor Relatievorming en Zwangerschapsproblemen, nvdr*). Een vriendin had me aangeraden om hulp te gaan zoeken, omdat duidelijk was dat ik de abortus alleen niet kon verwerken. In het begin stond ik zeer sceptisch tegenover

die therapie. Ik vroeg me af wat ze me daar gingen vertellen wat ik nog niet wist. Maar al na de eerste bijeenkomst voelde ik me al veel sterker. Ik besepte dat het oké was om kwaad te zijn.

Voelde je je niet schuldig tegenover de baby?

Ja. En nog altijd. Als ik mensen zie met drie kinderen... (*stokt*) In het begin kon ik zelfs geen baby vasthouden. Maar nu gaat het beter. Ik begin zelfs eindelijk de babyspullen van mijn twee kinderen weg te geven. Dat is voor mij het teken dat het goed komt.

Denk je nog vaak aan wie dat kindje had kunnen zijn?

Een paar keer per jaar: 'Nu zou

het zo oud zijn.' Voor mij is die baby ergens een engeltje, maar ik stel me er niks concreets bij voor.

Is je rouwproces nu ten einde?

Nee, ik denk dat je blijft rouwen. Al probeer ik nu ook positief te denken. Ik heb twee gezonde kinderen, er zijn heel wat mooie dingen in mijn leven. Ik moet verder met wat ik heb. Ik kan niet blijven treuren, want dat is niet goed voor mij, niet voor mijn huwelijk en niet voor mijn kinderen.

Heb je je echtgenoot vergeven?

Er blijft altijd iets hangen. Het litteken gaat nooit weg. Ofwel kijk je er elke keer vol afschuw naar, ofwel leer je ermee leven. En de ene dag lukt dat goed, de andere minder.

INGE STIERS

> LEES VERDER PAGINA 146

BIJNA 1 OP 3 VROUWEN KAMPT MET PROBLEMEN NA ABORTUS

'TE VEEL VROUWEN KROPPEN HUN VERDRIET OP'

Veel vrouwen slagen er niet in om een abortus in hun eentje te verwerken. Daarom start het Centrum voor Relatievorming en Zwangerschapsbegeleiding ook dit voorjaar weer een sessie groeps therapie na abortus.



'Voor veel vrouwen is de drempel naar hulpverlening te hoog', zegt Beate Vanmechelen van het cRZ.

In 2005 kozen 18.000 Belgische vrouwen voor een abortus. 12 tot 29% van hen ondervindt op lange termijn problemen, maar slechts een vijftigtal vrouwen komt jaarlijks bij het cRZ terecht. 'We zijn nog te onbekend en bovendien is de drempel naar de hulpverlening voor veel vrouwen te hoog', zegt Beate Vanmechelen, psychotherapeute bij het cRZ. 'Maar als ze met lotgenoten kunnen praten, betekent dat eindelijk een erkenning van wat ze hebben meegemaakt.'

Met welke problemen kampen die vrouwen?

Depressie, angsten, seksuele en relatieproblemen en eenzaamheid, omdat ze met niemand kunnen praten. Abortus is een verlies en als je dat niet kan delen, ga je het opkroppen. Met alle gevolgen van dien. **Nadine en Lies kregen allebei huwelijksproblemen na hun abortus. Is de man altijd de slechte in dit verhaal?**

Zeker niet! Ik zie hier ook mannen die zeggen: 'Mijn vriendin heeft er geen probleem mee, maar ik wél!' Het is wel zo dat mannen sneller zeggen: 'Voorbij is voorbij', terwijl hun vrouw dat helemaal niet zo ervaart. Zij is

immers zwanger geweest. Door zo'n reactie voelt ze zich miskend. De taak van de man is dan ook om te luisteren en te erkennen wat ze meemaakt.

Zetten vrouwen meteen na hun abortus de stap naar het cRZ?

Helemaal niet. Er kunnen jaren tussen zitten. De oudste vrouw die bij ons is gekomen was 55. Zij had op haar 20ste een abortus ondergaan. Ze had er nooit problemen mee gehad, tot haar laatste kind de deur uit ging. Toen kwam opeens het besef: 'Oei, er was nóg een kind.' Het ene verlies roept nu eenmaal het andere op.

Hoe begeleiden jullie hen?

Soms individueel, maar meestal via groepsgesprekken. Met groepjes van vijf vrouwen komen we zeven keer samen en kijken we naar welke invloed de abortus heeft op het zelfbeeld, de relatie met ouders, kinderen, maatschappij... Zo krijgt de vrouw zicht op wat haar overkomen is en kan ze de abortus een plaats geven in haar leven. **Is**

i www.crz.be of 016/33.69.54