



**traject KINDERWENS TUSSEN TWIJFEL EN VERLANGEN  
in groep, individueel of samen met je partner**

**Waar je mee worstelt**

Je twijfelt of je aan kinderen zou beginnen of niet. Het leven biedt veel mogelijkheden om ook zonder kinderen gelukkig te zijn, maar je voelt ook dat verlangen naar een kindje of een gezin. Of je bent geïntrigeerd door andermans kinderen en vraagt je af of je er ook niet eens aan moet beginnen. Je hebt er al met anderen over gepraat maar je geraakt er niet uit.

Je bent single en twijfelt of je alleen aan het ouderschap zal beginnen. Of je hebt een relatie. Misschien heb je een partner met een kinderwens maar jij twijfelt.

**Wat is er nodig om beweging te krijgen in je kinderwensdilemma?**

Wanneer je zicht krijgt op:

- de ware grond van jouw eigen verlangens en intenties
- de kracht van jouw eigen behoeften
- de invloed van familiebanden
- wat jij wil doorgeven aan de volgende generatie
- je angsten en psychologische mechanismen en patronen
- de invloed van eventueel trauma op je kinderwens
- eigenschappen van jezelf die nog onbekend zijn en in de schaduw zitten
- hoe jij echt jezelf kan zijn rond de kinderwens
- hoe greep te krijgen op jouw handelen

... kan je de weg vrijmaken naar jouw eigen authentieke keuze.

## Hoe ga je aan de slag tijdens dit traject?

Tijdens enkele **workshops** krijg je aan de hand van actieve opdrachten zicht op hoe deze elementen bij jou werken en wat er nodig is om weer beweging in je dilemma te brengen.

Deze opdrachten worden vooraf gegaan door een korte introductie van het thema dat je gaat onderzoeken. Je gaat aan de slag met je rationele kant, je gevoelens komen ook aan bod en je gaat ook 'doen'. We gebruiken daarbij verschillende werkvormen en materialen. Zo kan je op gevarieerde manieren kijken naar je kinderwensdilemma, vanuit verschillende hoeken. We werken met stift en papier, met popjes, afbeeldingen etc.

Wanneer je in een (kleine) groep werkt heb je ook de meerwaarde om uit te wisselen met anderen en zo je eigen blik op je kinderwensvragen te verrijken of misschien net in vraag te stellen.

Ter ondersteuning kan je tussen de workshops thuis lezen in het **boek** Een leven zonder kinderen? Kinderwens tussen twijfel en verlangen, 240 blz verschenen bij Witsand Uitgevers.

## Traject

Het traject bestaat uit 4 workshops en het boek.

### De workshops:

- Mensen maken keuzes op basis van de pijlers **denken, voelen en doen**. Je leert hoe deze drie belangrijke pijlers samenhangen en jouw twijfel beïnvloeden. Zo komen onder meer jouw **verlangens** meer in beeld. Je krijgt meer inzicht in hoe kinderwenskeuzes van buitenaf gestuurd kunnen worden. Je brengt in kaart hoe deze zaken bij jouw dilemma spelen. Ook dingen waar je misschien nog niet bij stil hebt gestaan. Je staat ook stil bij het beeld dat je hebt van **moeder of vader zijn** en van een leven zonder kinderen. En je leert over verschillende **vrouwen- en mannentypes** en over jouw eigenheid op dat vlak.
- Je staat bewust stil bij het **levensparcours** dat je al hebt afgelegd en bij je toekomst. Vervolgens ga je actief onderzoeken welke eigenschappen van jou nog minder licht hebben gekregen en mogelijk in de **schaduw** zitten. **Patronen** die een rol spelen worden zichtbaar gemaakt, waardoor je er ook verandering in kan brengen. Je verwerft ook inzicht in hoe **machtsmechanismen** een effect kunnen hebben op jouw keuze. Soms kunnen patronen en mechanismen ontstaan zijn door trauma.
- Je gaat bewuster kijken naar jouw **familiebanden**. Daar werd de kiem gelegd van hoe jij in het leven staat en hoe je naar het leven kijkt. Je verwerft inzicht in wat jij vandaag doet als zoon of dochter, als man of vrouw met betrekking tot de kinderwens. Je leert welke **gedragpatronen** daardoor vandaag bij jou nog spelen en hoe je deze kan doorbreken om echt authentiek te leven.
- Je leert over de wisselwerking tussen **angst en verlangen** en hoe je daar beweging in kan brengen. Wat mensen denken en doen wordt onbewust gestuurd door alle **subpersoonlijkheden** die in hun innerlijke bus zitten. Je gaat bekijken welke subpersoonlijkheden dat bij jou zijn en vooral wie er in jouw bus aan het stuur zit.

Door daar anders mee om te gaan kan je zuiverder jouw persoonlijk doel bepalen rond de kindervens of niet-kindervens en gericht gaan **handelen** in functie daarvan. Tot slot leer je hoe **vertrouwen** daarbij een rol speelt en wat er misschien nog nodig is om de knoop door te kunnen hakken.

Het bijhorende **boek** licht alle bovenvermelde thema's toe aan de hand van casussen. Je leest ook hoe het is om te kiezen voor donorconceptie, adoptie en pleegzorg of om te leven zonder kinderen. Je krijgt het boek de eerste workshop mee naar huis, zodat je je tussendoor nog verder kan verdiepen in de materie.



## Je krijgt de keuze uit 2 formules

### A groepstraject

- 4 workshops van 2,5 uur, live op locatie of online in klein groepje
- Het boek Een leven zonder kinderen? Kinderwens tussen twijfel en verlangen.

### B individueel traject voor jou of samen met je partner

- 4 workshops van 2u, live of online (kan je zelf kiezen per workshop)
- Het boek Een leven zonder kinderen? Kinderwens tussen twijfel en verlangen.

Bij alle formules is een gratis cadeautje van Artemis & Demeter inbegrepen.

## Wat mag je verwachten als resultaat?

- Je weet beter wat jouw ware verlangen is en welke intenties jij hebt rond de kindervens of de niet-kindervens
- Je weet wat jouw echte behoeften zijn en hoe je daar anders mee kan omgaan
- Je weet wat de invloed is van je familie op jouw kindervensdilemma  
Je kan daardoor meer jouw eigen weg gaan
- Je kent jouw persoonlijke patronen en weet nu hoe deze te doorbreken met het oog op de kindervens
- Je weet wat de invloed is van trauma op jouw kindervensverhaal en hoe je daarmee verder iets kan doen
- Je weet welke eigenschappen van jezelf in de schaduw zaten en hoe jij deze wil uitleven
- Je weet wat jij zelf kan doen om doelgericht te handelen om je verlangen te vervullen of om je doel te realiseren

- Je hebt vele belangrijke thema's bekeken om deze levensbeslissing goed te nemen
- Hoe dan ook is dit traject een levensgeschenk voor jezelf, door de inzichten die je over jezelf verwerft

### **Kostprijs van het volledige traject**

formule A in groep 4 workshops à 10 uur en het boek **495 €**

formule B individueel 4 workshops à 8 uur en het boek **695 €**

bijkomende individuele sessie (50 min) na het traject 75 €

### **Gratis kennismakingsgesprek**

In een gratis kennismakingsgesprek van 30 min luister ik naar jouw dilemma en kan jij bepalen welke formule je zou passen. Zonder verplichting, vrijblijvend.

### **Locatie en data**

Voor het individueel traject kan je kiezen tussen Gent, Antwerpen, Boekhoute of online. Per workshop kan je dat zelf bepalen.

### **Waarom een traject?**

Wanneer mensen 'losse' individuele sessies nemen, ronden zij de begeleiding vaak af op het moment dat sommige persoonlijke stukken nog niet aan bod zijn gekomen. Terwijl die stukken vaak ook een invloed hebben op hun kinderwenskeuze. Tijdens dit traject krijg je de kans om alle essentiële thema's wél te bekijken én kan je indien gewenst uitwisselen met anderen. En het traject is voordeliger dan werken met losse sessies.

### **Vraag je gratis kennismakingsgesprek aan of schrijf je in**

Miriam De Rycke

**0474/351 116**

miriamderycke@deveelsprong.be

www.deveelsprong.be

Gent . Antwerpen . Boekhoute . online

