



Zaterdag  
21 september 2024

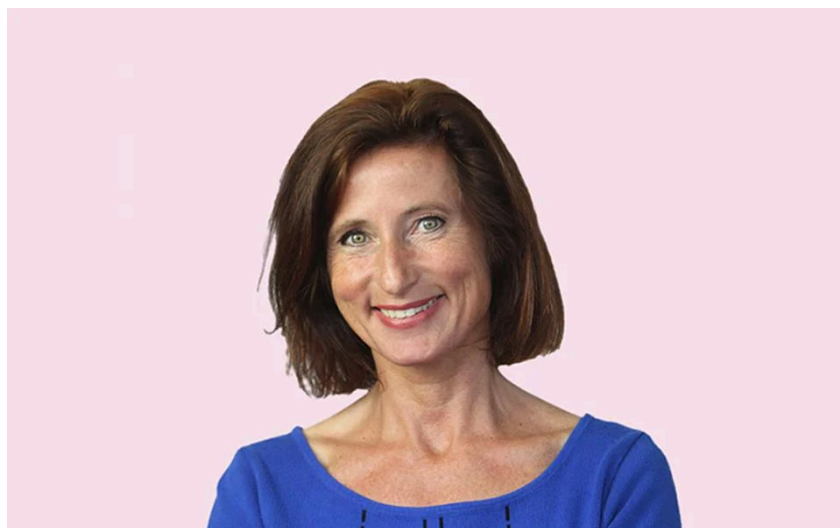


## Meer

# Dat kan ik niet vertellen, ik schaam me kapot! | column Irma van Steijn

Irma van Steijn ·  
Gisteren, 11:43 ·  
Persoonlijk

Deel dit artikel



Irma van Steijn.

Lees meer over

Persoonlijk

Seksuele verlangens koesteren voor je zwager, alcohol nodig hebben om je werk te kunnen doen of in een gefrustreerde bui je eigen hond een schop verkopen. Het zijn van die gevoelens

### Net Binnen

09:26 Column

Het kanaal in met die dikke SUV | column Jantien de Boer

08:50 Sport

Hoe fysiotherapeut Dick Lamsma uit Lytse Geast de deze week overleden Toto Schillaci op de massagetafel kreeg

08:08 Media

Yvon Jaspers stelt zondag zes nieuwe boeren aan ons voor. 'Er is in die 20 jaar heus weleens eerder kritiek geweest'

08:05 SC Heerenveen

Voor SC Stiens is de eerste klasse een groot avontuur, waarin de ploeg niemand de punten cadeau geeft

07:48 Persoonlijk

Vrije objecten | start je weekend

### Vacatures

CMO STAMM  
Van inzicht naar impact.

**Managementsecretar**  
CMO STAMM GRONINGEN

---

Nij Smellinghe  
TALENT

**Voorzitter Raad van Toezicht**  
Nij Smellinghe - ZuidOos...

en gedragingen die we uit het licht van de buitenwereld houden, uit angst veroordeeld te worden.

Zo'n geheim kan je flink in de weg zitten, je voelt je er slecht over en wil er vanaf. Wanneer mensen in mijn spreekkamer hun taboeonderwerp toch durven te delen, ervaren ze vaak opluchting. De gevreesde veroordeling blijft uit en ze ontmoeten het tegendeel. Ik moedig hen aan de gevoelens te onderzoeken in plaats van weg te duwen. Ze veroordelen zichzelf immers al genoeg.

## Als een blok aan mijn been

Ook Jolien zal haar geheim de komende jaren niet aan de buitenwereld prijsgeven. Dat is maar goed ook, want het zal haar 10-jarige dochter schaden als die zou weten dat haar eigen moeder spijt heeft van het feit dat ze moeder is geworden.

Jolien: „Ergens wist ik wel dat het niet voor mij was, maar ik liet me overhalen. Mijn man en mijn familie, iedereen wist het zeker: ‘wanneer je dat kleintje eenmaal in je armen hebt, dan smelt je’ en ‘je krijgt er zoveel voor terug’! Ik hoopte dat het waar was en wilde mijn man zielsgraag geven waar hij naar verlangde. Maar die intense liefde die hij voelt voor haar, ...ik voel het niet. Ik hou absoluut van haar, maar ik schaam me omdat ik haar ervaar als een blok aan mijn been. Ik had geen moeder moeten worden en ben het nu voor de rest van mijn leven.” Jolien draagt de verantwoordelijkheid voor haar kind en wil in therapie leren hoe ze kan dealen met haar geheim.

## Praten met iemand die niet oordeelt

Spijtmogers, theatergezelschap Pier21 speelt er een indringende voorstelling over die komende oktober in première gaat: *Krijst der safolle foar werom* (Je krijgt er zoveel voor terug). Een dapper thema, juist omdat het taboe zo groot is. Een fulltime werkende moeder die haar kind naar de opvang brengt, krijgt al veroordelende reacties, laat staan dat ze deelt dat ze een spijtmogers is. En ondanks dat het inderdaad niet wijs is om te delen met jonge kinderen, er over praten met iemand die niet oordeelt geeft lucht en ruimte om de gevoelens te reguleren. Ook contact met anderen die hetzelfde ervaren sterkt in het gevoel dat je niet gek bent en bovendien vermindert de spijt naarmate je ouder wordt.



**Kunststofbewaterker  
(Leerling)**  
Polem BV

[Meer vacatures](#)

## LC webshop

### Lenco LED-4353BK 43 inch 4K LED TV

- ✓ Smart TV met 43-inch (103 cm) LED-scherm
- ✓ Prachtige 4K Ultra HD (3840x2160 pixels) resolutie
- ✓ Voorgeïnstalleerde apps als Netflix, Disney+, YouTube en nog veel meer
- ✓ Ingebouwde Chromecast voor het eenvoudig streamen vanaf telefoon of tablet



-30%

€ 349.99 ~~€ 499.99~~

Bekijk nu

### FlinQ Draadloze Muggenvanger

€ 19.99 ~~€ 59.99~~



-67%

### 15-daagse cruise naar Malta, Tunesië, Sicilië, Griekse eilanden en Turkije

€ 1,499.00 ~~€ 1,499.00~~



0%

### OOQE PRO S9 Bluetooth Speaker

€ 34.99 ~~€ 119.95~~



-71%

[Meer van de LC webshop](#)