

## INTERVIEW

# 'Spijmoeders hebben geen spijt van hun kinderen, wel van het moederschap'

**Documentaire** Op zeggen dat je spijt hebt van het moederschap rust een taboe. Documentairemaker Milou Gevers portretteert drie 'spijmoeders', vrouwen die het leven als moeder niet vervullend vinden. „Het zijn de schuld en schaamte die het zo zwaar maken.”

**Stefanie Rondags** 15 mei 2024 om 17:00 Leestijd 4 minuten

Luisteren 🗣️

Leeslijst 📄



Foto Mona van den Berg

Advertentie

An advertisement for Bridge Fund. It features a man with curly hair, wearing a tan suit and tie, sitting on a brown leather bench. To his left is a large yellow water cooler. The background is a dimly lit room with a lamp and framed pictures on the wall. A large teal circle in the upper left contains the text 'Zullen we wat leukers gaan doen met die ton op de bank?'. The Bridge Fund logo is in the top right. At the bottom, there is a white button with the text 'Beleg vanaf €100.000 en ontvang tot 5,25% vaste rente' and a 'Meer info →' button.

Zullen we wat leukers gaan doen met die ton op de bank?

BRIDGE FUND

Beleg vanaf €100.000 en ontvang tot 5,25% vaste rente

Meer info →

Zeggen dat je af en toe stevig baalt van je kinderen en dat je het best zwaar vindt om moeder te zijn, dat kan tegenwoordig wel. Maar zeggen dat je spijt hebt van de keuze om moeder te worden, dat is in grote delen van de samenleving taboe. „Deze moeders krijgen te horen dat ze niet van hun kinderen houden en slecht voor hen zorgen”, zegt documentairemaker Milou Gevers. „Ze zouden psychisch niet in orde zijn, ondankbaar of zelfs een slecht persoon. Maar dat beeld klopt absoluut niet.”

Voor haar documentaire *Spijmoeders*, die 16 mei bij de VPRO verschijnt, sprak zij met tientallen moeders met spijt. „Spijmoeders hebben geen spijt van hun kinderen, maar van het moederschap. Dat zijn twee heel verschillende dingen. Ze voelen liefde voor hun kinderen en doen hun best een goede moeder te

zijn, maar ervaren het leven als moeder eerder als zwaar dan als vervullend. Als ze de tijd terug konden draaien, dan zouden ze niet opnieuw voor kinderen kiezen."

Van Sophie, Caroline en Aisha – de schuilnamen van de drie vrouwen die in de film hun verhaal doen – krijgen we enkel de stem te horen. Drie levensechte poppen representeren hen. „Die poppen zien er in het begin misschien een beetje eng uit, maar het went snel. Ze maken het gemakkelijker om mee te leven met de verhalen. Dat inleven is toch een stuk lastiger als je iemand in schaduwen gehuld of helemaal onzichtbaar haar verhaal laat doen."

Twee-en-een-half jaar geleden was Gevers, regisseur en antropoloog, zwanger van haar eerste kind. „Ik las veel over het moederschap, omdat ik benieuwd was waar ik aan ging beginnen. Wat voor impact het krijgen van een kind zou hebben op mijn identiteit, mijn relatie en mijn werkleven." Ze raakte onder de indruk van het boek *Spijt van het moederschap* van de Israëliische socioloog Orna Donath. „Als je spijt hebt van je werk, dan verander je van baan, maar als je spijt hebt van het moederschap.. tja, wat dan? Dat leek me heel heftig. Je kunt niet meer terug. En je kunt er ook niet over praten. Het leek me een van de eenzaamste gevoelens die je kunt hebben."

## Aanhoudend gevoel

Ze besloot een documentaire over dit onderwerp te maken. „Spijtgevoelens horen ook bij het moeder zijn. Ze kunnen fluctueren, een periode heel prominent zijn en dan weer naar de achtergrond verdwijnen. Maar voor de drie moeders in de film is de spijt een aanhoudend gevoel, dat niet over gaat als de kinderen ouder worden. Het is ook geen post-natale depressie: hormonen hebben er niets mee te maken."

Het bleek lastig om spijtmogers te vinden, die in een documentaire hun verhaal wilden doen. Samen met twee researchers deed Gevers daar een jaar over. „Volgens een enquête van tijdschrift LINDA onder 2.300 vrouwen blijkt één op de tien moeders weleens spijtgevoelens te ervaren. Maar zelf gebruiken de moeders in de documentaire niet het woord 'spijtmogder'. Toch heb ik deze term voor de titel gebruikt, omdat hij rondzong in de media en ik er een eerlijker beeld van wilde geven.”

---

*Het beeld dat mensen van spijtmogers hebben klopt absoluut niet*

---

De film toont afwisselend beelden van de poppen en stop-motion-beelden: een kerkje met moederfiguren, een woonkamer die langzaam in een kinderkamer verandert, allemaal kinderspulletjes, klaar om mee gespeeld te worden, het wonder van de geboorte. „Hiermee verbeelden we de verheerlijking van het moederschap. De grote idylle.” Maar dan: de scheurtjes die langzaam verschijnen in de muren van de kinderkamer, en steeds groter worden. De muren die op de kijker afkomen. De ineensstorting. De brokstukken. De idylle verandert in een nachtmerrie. „Maar uiteindelijk keert de rust terug: de moeders vinden namelijk allemaal hun eigen manier om met hun gevoelens van spijt om te gaan. Want met spijtgevoelens kun je leven, het zijn de schuld en schaamte die het zo zwaar maken.”

Gevers: „In bredere zin gaat deze film over het accepteren van onaangename gevoelens. Daar comfortabel mee leren zijn: het donker mag naast het licht bestaan. De moeder die Sophie heet in de film leeft niet meer samen met haar kinderen. Haar schoolgaande kinderen wonen voltijds bij hun vader, die goed voor hen zorgt. Voor het slapengaan FaceTimen ze met elkaar en

in het weekend gaat Sophie naar hen toe. Hierdoor heeft Sophie eindelijk weer ruimte voor zichzelf en voor wie ze is naast het voor haar beklemmende moederschap. En toch is het niet alsof zij nu helemaal gelukkig is. Ze heeft last van schuldgevoelens en is bang voor oordelen van buitenstaanders. Ook is ze bang dat haar kinderen het haar later misschien kwalijk zullen nemen. Met die lastige gevoelens moet ze nu ook leren leven."

## Ongelijke verwachtingen

Er kunnen individuele redenen zijn voor de spijtgevoelens, zoals trauma vanuit de jeugd of tegenvallende verwachtingen, maar Gevers wil vooral de nadruk leggen op de maatschappelijke redenen. „De drie vrouwen in de documentaire hebben bewust voor het moederschap gekozen. Maar kwamen er bijvoorbeeld al snel achter dat er ongelijke verwachtingen bestaan van vaders en moeders. Vrouwen zorgen van nature beter voor kinderen dan mannen, denken we als maatschappij, waardoor moeders automatisch de rol van hoofdverzorger krijgen. Mannen gaan na de geboorte van hun kind vaak al snel weer volledig aan het werk, vrouwen zijn maanden of soms jaren uit de running. Dat is overigens niet de schuld van die mannen, maar van het systeem. Mannen verdienen nu eenmaal vaak meer en leveren meer salaris in als ze aanvullend verlov opnemen."

Volgens Gevers is het belangrijk dat er minder druk op het moederschap komt te liggen. „Het CBS heeft berekend dat het slechts één op de tien stellen lukt om de zorg eerlijk te verdelen. Vrouwen gaan vaker minder werken en besteden meer tijd aan zorgtaken. Het beeld van vrouwen als de hoofdverzorger zou dus moeten veranderen. En praktisch gezien: betaalbare of gratis kinderopvang en gelijk geboorte- en ouderschapsverlov voor mannen en vrouwen zouden het moederschap voor meer vrouwen behapbaarder maken. Zodat ze er meer van kunnen

genieten. Dit geldt niet enkel voor spijtmogeders, maar voor alle moeders. Dat benoemen vind ik belangrijk. Hopelijk gaan mensen na het zien van de film het gesprek met elkaar aan: wat kunnen wij hieraan doen? Met filmvertoningen in debatcentra in Nederland, waarbij we na de film in gesprek gaan met experts, hopen we daar een begin mee te maken."

*Spijtmogeders is deze donderdag te zien om 22.15 uur op NPO2.*

*Daarna op 2Doc.nl en NPO Start.*

### CV DOCUMENTAIREMAKER

Milou Gevers (1991) studeerde aan de Nederlandse Filmacademie en regisseerde eerder verschillende afleveringen van jeugdprogramma's. Ze won meerdere prijzen met haar korte documentaire *Waarom bleef je niet voor mij* (2020), waarin kinderen over de zelfdoding van hun ouder praten. *Spijtmogeders* is haar eerste lange documentaire.

Een versie van dit artikel verscheen ook in [de krant van 16 mei 2024](#).

Delen 

Mail de redactie 



**Voor alle Plus-abonnees**

**Schrijf je in voor de nieuwsbrief 'Kijktips'**

Wat moet je deze week kijken? Ontvang wekelijks tips voor boeiende programma's, series en films

Inschrijven

AANBEVOLEN VOOR JOU

### Het moeilijkste bewaren ze in de formatie voor het laatst

1 dag geleden



### Stad Den Haag wil dat expats al een woning hebben voordat ze er komen wonen

1 dag geleden



### Als álles is geregeld, met uitzonderingen op maat voor iedereen...

1 dag geleden



### Hoe zal het aflopen?

1 dag geleden



### Krachtige zon kan in tien minuten de huid verbranden. Smeer je óók in als je niet gaat 'zonnen'

1 dag geleden



## De overheid strooit met geld, maar wat dat heeft bereikt? De minister én Rekenkamer weten dat niet

1 dag geleden



Advertentie

**XTR** branded content

UNIVERSITY  
OF TWENTE.

### Helpen bij studiekeuze

“Ouders, geef je kind vertrouwen en neem een ondersteunende rol op je”, aldus Anneloes Dekker-Hummel, studieadviseur bij de Universiteit Twente.

[Lees dit inspirerende interview!](#)



#### Over NRC

- Over ons
- Werken bij
- Auteursrecht
- Privacy
- Leveringsvoorwaarden
- NRC Code
- Onze app
- Archief
- Adverteren

#### Contact

- Redactie
- Opinieredactie
- De ombudsman
- Colofon
- AdSales
- Klantenservice
- Familieberichten

#### Mijn NRC

- Neem een abonnement
- Inloggen
- Account aanmaken
- Digitale krant
- Mijn leeslijst
- Mijn abonnementen
- Service & bezorging
- Nieuwsbrieven

#### NRC-websites

- Mediahuis NRC
- NRC Carrière
- NRC Webwinkel
- NRC Lezersfonds



