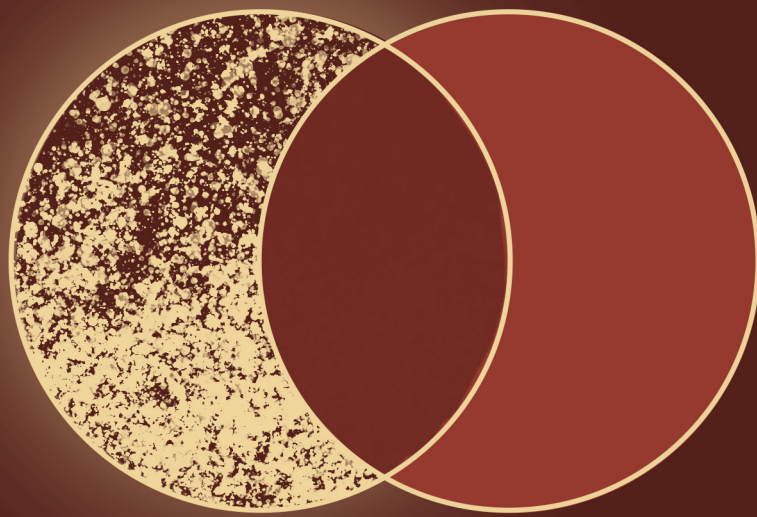


APPENDIX

eclipse



Creating a ritual for women
to grieve through reinforcing
the mind-body connection after
experiencing pregnancy loss

MASTER THESIS
BY JIKKE VAN GIFFEN

content

Appendix A - INITIAL PROJECT BRIEF	5
Appendix B - RESEARCH SESSION PLAN	15
Appendix C - TIMELINES	29
Appendix D - ETHICAL CONSIDERATIONS	31
Appendix E - SESSION PLAN INTERACTION QUALITY WORKSHOPS	35
Appendix F - <i>VROUWEN IN BAD</i>, an impression	41
Appendix G - EXPLORING MEDIUMS	49
Appendix H - IDEATION	61
Appendix I - PROTOTYPING	71

APPENDIX A

initial project brief

IDE Master Graduation

Project team, Procedural checks and personal Project brief

This document contains the agreements made between student and supervisory team about the student's IDE Master Graduation Project. This document can also include the involvement of an external organisation, however, it does not cover any legal employment relationship that the student and the client (might) agree upon. Next to that, this document facilitates the required procedural checks. In this document:

- The student defines the team, what he/she is going to do/deliver and how that will come about
- SSC E&SA (Shared Service Center, Education & Student Affairs) reports on the student's registration and study progress.
- IDE's Board of Examiners confirms if the student is allowed to start the Graduation Project.

USE ADOBE ACROBAT READER TO OPEN, EDIT AND SAVE THIS DOCUMENT

Download again and reopen in case you tried other software, such as Preview (Mac) or a webbrowser.

STUDENT DATA & MASTER PROGRAMME

Save this form according the format "IDE Master Graduation Project Brief_familyname_firstname_studentnumber_dd-mm-yyyy".

Complete all blue parts of the form and include the approved Project Brief in your Graduation Report as Appendix 1!



family name van Giffen 6127
 initials J.S. given name Jikke
 student number 4459547
 street & no. 1
 zipcode & city 1
 country 1
 phone 1
 email 1

Your master programme (only select the options that apply to you):

IDE master(s): ☐ IPD ☒ Dfl ☐ SPD

2nd non-IDE master: _____

individual programme: - - (give date of approval)

honours programme: ☐ Honours Programme Master

specialisation / annotation: ☐ Medesign

☐ Tech. in Sustainable Design

☐ Entrepreneurship

SUPERVISORY TEAM **

Fill in the required data for the supervisory team members. Please check the instructions on the right!

** chair Dr. Ir. M.H. Gonneveld dept. / section: IICD / ACD

** mentor S.C. M. Brand-de Groot dept. / section: HCD / HICD

2nd mentor _____

organisation: _____

city: _____ country: _____

comments
(optional)

Chair should request the IDE Board of Examiners for approval of a non-IDE mentor, including a motivation letter and c.v..



Second mentor only applies in case the assignment is hosted by an external organisation.



Ensure a heterogeneous team. In case you wish to include two team members from the same section, please explain why.

Procedural Checks - IDE Master Graduation

APPROVAL PROJECT BRIEF

To be filled in by the chair of the supervisory team.

chair Dr. Ir. M.H. Sonneveld date - - signature

CHECK STUDY PROGRESS

To be filled in by the SSC E&SA (Shared Service Center, Education & Student Affairs), after approval of the project brief by the Chair. The study progress will be checked for a 2nd time just before the green light meeting.

Master electives no. of EC accumulated in total: 30 EC

Of which, taking the conditional requirements into account, can be part of the exam programme 30 EC

List of electives obtained before the third semester without approval of the BoE

☒ YES all 1st year master courses passed

☐ NO missing 1st year master courses are:

C. van
der
Bunt

Digitally signed
by C. van der
Bunt
Date:
2022.11.21
10:50:51
+01'00'

name C. van der Bunt date 21 - 11 - 2022 signature

FORMAL APPROVAL GRADUATION PROJECT

To be filled in by the Board of Examiners of IDE TU Delft. Please check the supervisory team and study the parts of the brief marked **. Next, please assess, (dis)approve and sign this Project Brief, by using the criteria below.

- Does the project fit within the (MSc)-programme of the student (taking into account, if described, the activities done next to the obligatory MSc specific courses)?
- Is the level of the project challenging enough for a MSc IDE graduating student?
- Is the project expected to be doable within 100 working days/20 weeks?
- Does the composition of the supervisory team comply with the regulations and fit the assignment?

Content: ☒ APPROVED ☐ NOT APPROVED

Procedure: ☒ APPROVED ☐ NOT APPROVED

comments

name Monique von Morgen date 28 - 11 - 2022 signature

Grieving together after a miscarriage

project title

Please state the title of your graduation project (above) and the start date and end date (below). Keep the title compact and simple. Do not use abbreviations. The remainder of this document allows you to define and clarify your graduation project.

start date 31 - 05 - 2022

19 - 05 - 2023

end date

INTRODUCTION **

Please describe, the context of your project, and address the main stakeholders (interests) within this context in a concise yet complete manner. Who are involved, what do they value and how do they currently operate within the given context? What are the main opportunities and limitations you are currently aware of (cultural- and social norms, resources (time, money,...), technology, ...).

Miscarriage is an unseen yet important phenomenon. In our society it is estimated that 1 in 7 pregnancies will end in a miscarriage [1]. Although miscarriages are frequent, it is rarely discussed and if discussed, the conversations and reactions, even if meant well, could be rated from poorly to devastating with comments like 'better luck next time' or 'just focus on the children you do have'. By outsiders a miscarriage is seen as something that just happens and is part of life, despite the fact that the emotional weight and following mourning of the miscarriage can be difficult to cope with. It is not only about the physical pain and biological loss, but also about mourning the fantasy of what could have been. [2][3][4]. This discrepancy between what is felt, and the perspective of the outside world leaves the ones involved with the miscarriage feeling alone and unseen in their grief and sorrow.

Grief is both an individual and shared experience [5]. When grief is not recognized or accepted, the feelings of grief are often not fully processed. Unresolved grief can cause many (psychological) illnesses [6] and should therefore be taken seriously. Scrutton, an associate professor at the University of Leeds, states '...that rituals that are narrative, diachronic, relational, bodily and sensory rich have a distinctive value and power' [7]. So, the relational context in which someone (after a miscarriage) grieves is of importance for the mourning process. This relational context is often referred to as someone's social system. In the case of a miscarriage the social system might include the partner and/or children that are already conceived.

When talking about grief and miscarriages the woman, who had the miscarriage, is seen as the central point, whilst her partner and their possible mourning is often overlooked by others and by themselves [8]. The partner feels that they should be there for their spouses and do not feel the space to express their feelings. If the topic is discussed amongst friends, most ask how their wife is doing with regards to the whole 'situation' [3][9]. This can occur in both heterosexual and same sex relationships [10].

In this graduation project I want to support women and their social systems with their grief. Even though there are similarities between miscarriages many women go through, not one is the same and should be treated as such (emotionally). Additionally, a miscarriage is a sensitive topic for people involved, even if it happened many years ago.

One of the promising ways to support might be through bodywork, since a miscarriage is inherently physical, and researches like van der Kolk show how yoga, theatre exercises could help with emotion regulation and self-awareness after experiencing trauma [11][12]. This is a direction that sparks my interests because of my own theatre background.

space available for images / figures on next page

Personal Project Brief - IDE Master Graduation

introduction (continued): space for images



image / figure 1: An illustrated representation of the experience of the women



image / figure 2: An illustrated representation of the experience of the partner

PROBLEM DEFINITION **

Limit and define the scope and solution space of your project to one that is manageable within one Master Graduation Project of 30 EC (= 20 full time weeks or 100 working days) and clearly indicate what issue(s) should be addressed in this project.

In this project we will focus on the first 20 weeks in which the pregnancy could end in a miscarriage. The main problem of the lack of support that women and their social partners face has two aspects: lack of professional support and lack of social support from their own social system.

First, in the Netherlands a miscarriage happens in a period of the pregnancy when there is either none or little contact with medical professionals. Many women who are pregnant the first time are overwhelmed with happiness and do not even think about the possibility of it going awry [3][4][9]. When a miscarriage takes place, women and the social system around them do not have a professional structure in place to turn to, they are left in the dark, and most of them feel they have to cope with it by themselves.

Second, medically, when we speak of miscarriages, we are talking about the loss of an embryo (until 11th week, or a fetus (until the 20th week). However, women tend to consider themselves as being pregnant of 'a baby', from the beginning. In the Netherlands it is common practice to not tell your environment that you are expecting until the 12th week, since, statistically, you are out of the danger-zone of your pregnancy discontinuing after that timestamp [13]. So, when a miscarriage happens, many women and their partners do not have a social structure to turn to, because nobody knew they were pregnant at all. Moreover, if they are informed, the surroundings often view the miscarriage differently than the people involved. When a miscarriage happens in the first few weeks, they might say or think something along the lines of 'It was only an embryo, and probably not viable, so why are you mourning?' Whilst, for the parents, it was already imagined as their baby.

ASSIGNMENT **

State in 2 or 3 sentences what you are going to research, design, create and / or generate, that will solve (part of) the issue(s) pointed out in "problem definition". Then illustrate this assignment by indicating what kind of solution you expect and / or aim to deliver, for instance: a product, a product-service combination, a strategy illustrated through product or product-service combination ideas, In case of a Specialisation and/or Annotation, make sure the assignment reflects this/these.

This project will focus on designing a product service system aiming to support women and their social system with the grief following a miscarriage.

I will research the experience of the grieving of a miscarriage and based on the obtained insights I will design a product service system that will support mourning after a miscarriage.

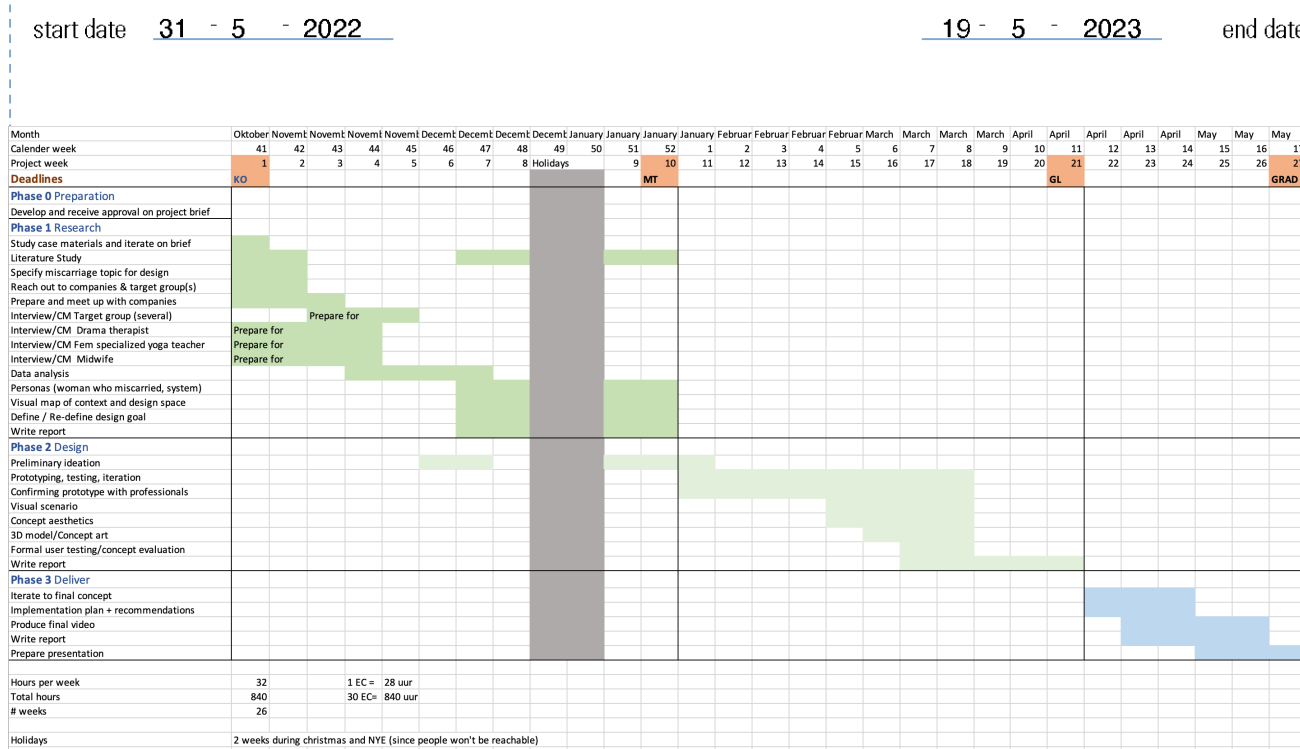
To do this, it is essential to first understand what type(s) of grief take(s) place when having a miscarriage. Next, I aim to understand how and where women and their systems are currently supported when going through these hard times. This should help me identify where and how a product service system could provide additional support.

The topic of a miscarriage is rarely discussed and therefore finding experience experts to talk to, test with and/or do creative session with could be a challenge.

A promising direction could be bodywork/therapy, since it could help with traumatizing experiences. For this reason, I will include talking to professionals in the realm of vaktherapie (expressive therapy).

PLANNING AND APPROACH **

Include a Gantt Chart (replace the example below - more examples can be found in Manual 2) that shows the different phases of your project, deliverables you have in mind, meetings, and how you plan to spend your time. Please note that all activities should fit within the given net time of 30 EC = 20 full time weeks or 100 working days, and your planning should include a kick-off meeting, mid-term meeting, green light meeting and graduation ceremony. Illustrate your Gantt Chart by, for instance, explaining your approach, and please indicate periods of part-time activities and/or periods of not spending time on your graduation project, if any, for instance because of holidays or parallel activities.



In phase 1 of this graduation project I will conduct interviews with experts in the field of therapy to explore what it means to have a miscarriage and what the grief looks and feels like. I aim to talk to therapists who are specialized in grief, the aftermath of miscarriage and vaktherapie (expressive therapy). In these conversations I will also ask for insights on how to talk to and conduct my interview with the experience experts. I think this is important, since I do not want to add to the trauma many of these women have been through. At the end of the first phase I will deliver a visual representation of 1) who the women and their social systems are for whom I will be designing 2) what is already provided for them and for who does and doesn't that work. These insights will be combined into a design goal which I will still revise and sharpen in the beginning of phase 2.

In phase 2 I will combine the knowledge obtained up until now with my design goal into a product service system. For this to happen I will use my sketching skills to gather my thoughts, my presentation skills to get feedback from peers and my coach and chair, and lastly use my creative facilitation skills to host creative sessions with other students in case I am stuck and in need for new inspiration. These activities combined should help me to arrive at a final concept (direction). When this is found, I find it important to prototype and test this concept first with peers (in order to not waste time of the experience experts) and next with the experience experts. After testing with the target group, I will revise the final product service system for the last time, create my presentation and finish up the project.

MOTIVATION AND PERSONAL AMBITIONS

Explain why you set up this project, what competences you want to prove and learn. For example: acquired competences from your MSc programme, the elective semester, extra-curricular activities (etc.) and point out the competences you have yet developed. Optionally, describe which personal learning ambitions you explicitly want to address in this project, on top of the learning objectives of the Graduation Project, such as: in depth knowledge a on specific subject, broadening your competences or experimenting with a specific tool and/or methodology, Stick to no more than five ambitions.

In this project I have the following motivation and personal ambitions:

- I want to learn more about project management. I know this is not my strong suit. I tend to get distracted and excited by things that should not have my focus at a certain point in time. This skill, although not yet mastered, is an important one in the field of design, so that is why I want to work on this thoroughly by making a planner and by scheduling meetings with my coach and chair regularly in which I will also ask feedback on my project management.
- I want to bring together my user research skills (interviewing, context mapping and testing) with spatial/aesthetic design. With spatial design I intend a broader definition. This could range from an interior design (which I am less likely to do, because I am not an interior designer) to considering the space in which my final design stands and making that part of the design. It is my personal view that this is important, because a design does not just float in existence, it has meaning and this can be boosted or changed by its surroundings. This is rarely done at our faculty and I hope to combine this more spatial view of design with the user research view of the faculty.
- I want to improve in academic writing. I am used to write more in a 'easy' to read or 'speech' kind of way, which is not always appropriate. Since I am graduating from a University I think this skill is a necessary and valuable one for my further career, but also the value of the graduation project itself.
- I hope to become more comfortable, quick, and confident in making prototypes. I have the tendency to want to go to quickly to more hi-fy prototypes when this is not the best way of spending my time with regards of the project. So, learning what kind of prototype for what kind of test/phase of the design would be valuable. Depending on the project these prototypes could either be physical and/or digital (3D models for example).
- I want to find and to find a balance between working on the project and personal life. I can be very passionate and can care a lot about what I make or do. This could hinder being objective in interviews or it could result into me using all my time for this project instead of also reserving time to normally live, maintain friendships and work-out.
- I want to improve my visual communication skills through sharpening and challenging my skills and ability to choose the appropriate medium that ranges from a quick sketch to concept art to a fully realized render.

FINAL COMMENTS

In case your project brief needs final comments, please add any information you think is relevant.

For the sources, see the attached page

- [1] NOS. (2021, April 27). *Jaarlijks 23 miljoen miskramen, maar nauwelijks aandacht voor het verdriet*. NOS.nl. Retrieved October 18, 2022, from <https://nos.nl/artikel/2378468-jaarlijks-23-miljoen-miskramen-maar-nauwelijks-aandacht-voor-het-verdriet>
- [2] Coço, M. de. (2020, October), *Maar ik hield a wel van je* (1st edition). De bezige Bij
- [3] Goes, K. (Ed.). (n.d.). *Miskraammonologen* (R. van Heteren, Interviewer). AD / Ouders van nu. <https://open.spotify.com/show/1ysiWG2Ga0wbrldqZZ6ZE?si=b2b8aca9a8e84e8f>
- [4] Corbijn, A. (n.d.). *Bloedeerlijk, over een vroege miskraam*. Corbijn, A. (n.d.). *Bloedeerlijk, over een vroege miskraam*. <https://open.spotify.com/show/3qRLbopRqtiTGm9rehAix5?si=bbd29e9d56ed4745>
Episode #2 Een miskraam en werk
- [5] Kissane, D. W., & Bloch, S. (1994). Family Grief. *British Journal of Psychiatry*, 164(6), 728–740. <https://doi.org/10.1192/bjp.164.6.728>
- [6] Zisook, S., & DeVaul, R. A. (1983). Grief, unresolved grief, and depression. *Psychosomatics*, 24(3), 247–256. [https://doi.org/10.1016/s0033-3182\(83\)73227-5](https://doi.org/10.1016/s0033-3182(83)73227-5)
- [7] Scrutton, A. P. (2017). Grief, Ritual and Experiential Knowledge. *Continuing Bonds in Bereavement*, 214–226. <https://doi.org/10.4324/9781315202396-21>
- [8] Rinehart, M. S., & Kiselica, M. S. (2010). Helping men with the trauma of miscarriage. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 47(3), 288–295. <https://doi.org/10.1037/a0021160>
- [9] Corbijn, A. (n.d.). *Bloedeerlijk, over een vroege miskraam*. Corbijn, A. (n.d.). *Bloedeerlijk, over een vroege miskraam*. <https://open.spotify.com/show/3qRLbopRqtiTGm9rehAix5?si=bbd29e9d56ed4745>
Episode #3 Hoe beleven mannen een miskraam?
- [10] Wojnar, D. (2007). Miscarriage Experiences of Lesbian Couples. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 52(5), 479–485. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2007.03.015>
- [11] Kolk, B. van der. (2015, September), *The Body Keeps the Score* (1st edition). Penguin books Ltd
- [12] Huberty, J. (n.d.) (2020, June). Online yoga to reduce post traumatic stress in women who have experienced stillbirth: a randomized control feasibility trial. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 20(173)
- [13] Kiefer, V. A. P. B. A. (2018, September 7). *Lies, Damned Lies, and Miscarriage Statistics*. Expecting Science. <https://expectingscience.com/2015/08/26/lies-damned-lies-and-miscarriage-statistics/>
- [14] *Op de echo is te zien dat ik een miskraam krijg* | Thuisarts.nl. (2020, July 24). <https://www.thuisarts.nl/miskraam/ik-heb-miskraam>
- [15] 24Baby.nl B.V. (2022, June 9). *Zwangerschap: zo werkt het*. 24Baby.nl. <https://www.24baby.nl/zwanger/zwangerschap-zo-werkt-het/>

APPENDIX B

research session plan

In this appendix, a detailed explanation can be found of the set-up and analysis of the results of the generative sessions in combination with the other research activities.

Initial goal and method

Research questions

Before conducting the research, research questions were formulated, on which the structure and form of the session is based.

- What happens during and after experiencing a pregnancy loss, both collectively and individually?
- What is the (emotional) experience of the pregnancy loss itself and the period following it, both as a couple and individually?
- What types of rituals are employed after experiencing a miscarriage, both collectively and individually?
- How does the external world (the relationship and the closer and wider surroundings) communicate with the internal world (the emotional experiences within individuals) after experiencing pregnancy loss, and vice versa?
- How does the relationship with the body evolve and deepen during the process of experiencing and grieving pregnancy loss?

Method

In this research, two methods are chosen: the semi-structured interview and the generative session.

The semi-structured interview is an effective approach when conducting interviews in a manner that feels less forced and more like a regular conversation. Given the sensitive topic of 'Miscarriages,' establishing a strong connection and rapport with the experiential experts in the conversation is crucial. This allows them to express when there are subjects they'd prefer not to discuss. Additionally, the semi-structured format provides me with flexibility to delve into the insights shared by the experiential experts while maintaining focus on the research questions.

I employ the generative session to reach a deeper level in the interview, harnessing the creativity of the experiential experts themselves (27).

Furthermore, the potential for a more visual/visualized generative session will provide insights into the emotions of the experiential experts at various points during (and before) the processing journey, using colour and form. This aids in enhancing my understanding of them, as I personally think in visual terms.

Topic list

In preparation for the interview using the semi-structured method, questions and related subjects

have been prepared. These will not be phrased exactly as such in the interview, but they provide an indication of the question scope that is anticipated. [Emotion] or emotion X refers to the emotion indicated by the experiential experts in the interview. If the experiential expert discusses sadness, fear, or grief, these will be employed in phrasing the question.

These questions and subjects are written in Dutch, as the language used in the session will be Dutch. For this appendix, only the topics are translated.

Topic list

Dat wat je verloren hebt (translated: What was lost)

Hoe noemen jullie dat wat jullie verloren hebben?

Denk je nog vaak aan dat wat je verloren hebt? Zo ja, wanneer? En wat voel je dan? Wat maakt het dat je je zo voelt?

Bespreken jullie dat wat je verloren hebt wel eens in het gezin/samen?

Rouwen samen (met systeem) (translated: Grieving together, with the social system)

Vanaf wanneer startte voor jullie beide het verwerken van de miskraam?

Zijn er dingen/activiteiten die jullie samen hebben geholpen om met [emotie X] om te gaan na de miskraam? Zo ja, wat zijn deze?

Wat zijn momenten waarop jullie samen de rouw/emotie X ervaarden? Wat voelde je in die momenten?

Hebben jullie met mensen in de periode na de miskraam gesproken over wat jullie verloren hebben?

Zo ja, met wie hebben jullie in de periode na de miskraam gesproken over dat wat jullie verloren hebben?

Voelde je je begrepen door de omgeving?

Wat maakt het dat jullie het hier wel/niet over hadden met anderen?

Hoe voelde dat?

Rouwen alleen (Grieving alone)

Vanaf wanneer startte voor jou, individueel, het verwerken van de miskraam?

Zijn er dingen/activiteiten die jou individueel hebben geholpen om met de [emotie x] om te gaan na de miskraam? Zo ja, wat zijn deze?

Wat zijn de momenten waarop je de [emotie x] ervaarde (in X tijdsperiode)? Wat voelde je in die momenten?

Grote/dag-tot-dag rouwrituelen (Significant/day-to-day mourning rituals)

Als jullie terugdenken aan de periode na de miskraam, wat zijn de activiteiten/handelingen/gedachtes/interacties geweest die jullie hebben geholpen?

Als jullie terugdenken aan de periode na de miskraam, wat zijn de dag-tot-dag activiteiten/handelingen/gedachtes/interacties die jullie hebben geholpen?

Wat deed je om emotie X te verwerken?

Wat hielp om met emotie X om te gaan?

Uitvaart (klassiek of eigen invulling) (Funeral, traditional or personalized)

Waar was je toen de miskraam plaatsvond?

Wat hebben jullie gedaan met dat wat jullie verloren hebben (als dit is opgevangen)?

Was het helpend voor verwerken wat jullie hebben gedaan met wat jullie verloren hebben? Wat maakt het dat dat wel of niet zo is?

Relatie met het lichaam (Relationship with the body)

Waar zat die emotie op dat moment in je lichaam?

Hoe voelde je je op dat moment ten opzichte van je lichaam?

Kan je aanwijzen waar je die emotie voelde in je lichaam?

Wat voor beweging/sport deed je op dat moment?

Wat hielp om in contact te staan met je lichaam? Zou je dat willen voordoen/laten zien?

Medische begeleiding tijdens/na de miskraam (Medical guidance during/after miscarriage)

Had je medische begeleiding? Zo ja, van wie?

Voelde je je gesteund door de medische begeleiding?

Na de miskraam, had je nog contact met een vorm van medische begeleiding. Als nee, wat voor begeleiding had je graag willen hebben?

Wat was fijn in die begeleiding?

Mistte je iets in de begeleiding?

The session

Preparation for the session

During the session, both partners will be engaged simultaneously as individual experiential experts. Despite having shared the experience of miscarriage, they are two distinct individuals with their own processing journey and unique viewpoints. This consideration is factored into the various phases of the session (refer to session flow). The session location will be determined in consultation with me, chosen by the experiential expert. This is to ensure that they feel comfortable and at ease, which is crucial due to the sensitive nature of the topic.

Materials used

Wooden poles (to rig the rope in-between)
Rope
Rubber bands
Moment cards
Body cards
Blank cards
Markers (Colored)
pencils
Dixit cards
fabric (to hang behind the timeline to anonymize the location)

Written session flow

To prepare for the session, the flow and sequence of events of the session are determined. This flow is based on the three phases often used in context mapping sessions: the present, past and future [27]. These will be discussed in this order. Each of these phases involves distinct activities and questions. Prior to the session, there will be a preliminary phone conversation with the participant(s) and a sensitizing assignment. A brief summary of the phases is provided below.

Phase 0: Recruitment / Sensitizing

Initial contact will be via email, where experiential experts respond to my call. Following this, a phone call will be requested to provide me with a sense of the individuals I will be speaking to, and to explain more about my project and the session itself. This ensures they have a clear understanding of their involvement before we meet. During this call, a date, time, and location will also be determined. The location is chosen by the experiential experts themselves to ensure their comfort, given the sensitivity of the subject.

After confirming the date, location, and time, they will receive a sensitizing assignment. This task mentally prepares the experiential experts for the session and allows them to experiment with thinking in the manner I will request during the session [27].

The assignment is as follows: Individually, bring an object/word/music piece/artwork that supported you during the period following the miscarriage.

Phase 1: Present

I will first introduce myself and set up all necessary materials. I will start by sharing who I am as a person. Following that, I'll provide insights into my studies, the project itself, and its purpose. Beyond that, I'll delve into my motivation for this project and my personal connection to the topic. I will share the story of Hidde and Willem, my two brothers whom I unfortunately never got to know. By sharing myself and my personal connection, I aim to create a safe and open foundation for the interview.

Before we begin, ethical forms will be reviewed and signed by the experiential experts. While these forms have been sent to them prior to the session, discussing them in person allows them to ask questions if needed. At this point, I emphasize their freedom to pause the interview at any time, decline to answer a question, or voice if anything feels uncomfortable. I am here to listen to their stories, nothing more, nothing less. As such, there are no right or wrong answers to my questions. Following this, I will request permission to record the conversation from this point onward. If the conversation is not recorded, I will make notes during moments when the experiential experts are engaged in tasks or sorting through cards.

The conversation will be directed back to the experiential experts themselves, asking them to share more about who they are (occupation, hobbies, age, etc.). Subsequently, the conversation will be guided toward the topic of 'miscarriages' by asking the following question: "Why did you participate in this research?/Why do you want to contribute to this research?" If their references to their loss remain unclear after answering this question, I will inquire about it now or later, depending on the atmosphere.

Now that we have circled back to the topic, I will briefly explain what we are going to do. The concept of the timeline will be emphasized, with moments in the progression before and after the miscarriage being marked on it by the experiential experts. The subsequent steps of the timeline will not be elaborated in depth yet. Depending on input and preferences from the experiential experts, the subsequent steps may change. These steps could involve more verbal, visual, imagery, and/or physical elements. This will be gauged during the session. Each experiential expert will create and use their own timeline during the session, as they are distinct individuals.

It will be reiterated that I am here to listen to their stories, both collectively and individually, and that there are no right or wrong answers. With that, we are ready to move on to the past, entering Phase 2.

Phase 2: Past

Phase 2 begins by inquiring about the sensitizing assignment, which involves the item they brought to support them after experiencing a miscarriage. This will be explored by asking questions like, 'What about it supported you in this way?'

Once the items have been discussed, we proceed to the timeline. The timeline has various (optional) layers that will be hung on a taut cord in the space, one by one.

1. Moments: The experiential experts will hang moment cards on the timeline. Some cards are already created with the words: wish, pregnant, miscarriage, and now. These can be hung, as well as individually written variants. After these are hung, we will fill in the timeline from the moment of the wish to the present with 'moments' they remember.

2. The item: They will then be asked to place the item from the sensitizing assignment on the timeline. Questions will be posed like 'Where does the item fit on the timeline?' and "Why there?"

3. Emotion: In this phase, we will inquire about the emotions experienced by the experiential experts during various moments indicated on the timeline. The responses can manifest on the timeline through different means: a single word representing the emotion they felt, a Dixit card that resonates with the emotion and moment, a personal drawing, or a drawing crafted based on their descriptions provided earlier. While I am adept at translating spoken words into drawings, this is my first experience employing this approach in an interview setting. In case I do draw, I'll frequently seek validation that my depiction aligns with their unique perspective.

4. Body: This step is optional, as its relevance varies among individuals and moments. The

experiential experts will be encouraged to revisit the past and evoke the emotions they felt. When they achieve this mental state (by closing their eyes and focusing), they will be prompted to pinpoint the physical location in their body where they experienced that emotion. They will then mark this spot on the body map.

5. Ritual: The final step involves probing into how the experiential experts dealt with these emotions following their appearance on the timeline. These discussions can occur verbally or through the inscription and display of thoughts on cards. The terms 'grief' or 'ritual' will be avoided in my communication, as they might steer the conversation in particular directions.

Throughout the creation of this comprehensive timeline, questions will be tailored according to the topic list provided earlier in this document.

Once the timeline is complete, there will be a window for wrap-up and summary inquiries. For instance: 'Observing the timeline now, do you sense that something is absent? If so, could you maybe add it to the timeline?'

Phase 3: Future

To conclude the interview with a forward-looking perspective, the final question will be: "What message would you like to convey to individuals currently undergoing or those who will experience a miscarriage?" Depending on the available time, this question will either be answered individually in a written format or through a conversation. The written approach is favored as it allows experiential experts to engage in personal reflection. The remainder of the session will primarily involve verbal exchanges and group discussions. This approach permits mutual influence between the participants. This isn't inherently positive or negative, but structuring this task as an individual introspective exercise is aimed at enhancing the session's overall versatility.

Phase 4: Conclusion/Reflection

To formally conclude the session, we will collectively reflect on the experience and their feelings during the process. We'll explore impressions, positive aspects, potential improvements, and the key takeaways from the session. Additionally, we'll inquire if there are any unaddressed aspects they would like to share. Experiential experts are encouraged to reach out post-session if they have questions about the research or wish to share additional insights. Subsequently, the recording will be halted, and visual documentation of the timeline and other session-generated content will be captured. My sincere gratitude is extended to the experiential

experts for their involvement, and a token of appreciation will be presented as a gesture of thanks. They will also be informed that digital copies of the timelines will be provided once processed.

Following these concluding steps, I will proceed to tidy up, marking the conclusion of the session.

Session activities

The session activities are presented in a table shown on page 21 to 23.

Analysis

The information and material gathered were made into statement cards. These cards are often used when employing the context mapping method.

These statement cards, in combination with (statement) cards created from the other research activities undertaken, formed clusters. These resulted into the three insights presented into the thesis. On the following pages you will find pictures and screen shots taken during this process.

Images of this process can be found on page 24 to 15. Then the analysis is taken a step further through trying to visualize the insights.

Session activities

As the last action to prepare for the session, an overview of the session activities is created. This overview can be found on the following pages.

Phase 0 : recruiting / sensitizing

Phase 1 : current time

Phase 2 : past time

Phase 3 : future time

Phase 4: closing off / reflection

Phase	Intention	Activity	Sketch	Outcome
Phase 0	Getting to know the experience expert and their use of language in advance and managing expectations for the interview.	Calling with the (possible) experience experts		The experience expert is well informed with regards to the interview, and we have planned a date and time.
Phase 0	Giving the experience expert the opportunity to already think about what happened to them before the interview.	Give a sensitizing assignment 'Could you bring with you an item/art piece/object/musical piece that supported you in the process after having a miscarriage?'		The experience expert might remember more and has more to tell me, because they have already thought about what happened again.
Phase 1	During the session we do not need to spend time with setting up the timelines.	Display/ set-up session		A smooth flow of the interview from phase to phase.
Phase 1	Connect with the experience experts and create a safe and comfortable space to talk in.	Introduce myself and motivation		The experience experts feel at ease and more inclined to tell me their story since I am less of a stranger now.
Phase 1	Create a safe environment in which the interview takes place.	Fill in Ethics form & stress their expertise and rights		The experience experts feel safe and listened to. The floor is theirs. They are also aware that they do not have to answer all my questions and can stop the interview at any time.
Phase 1	Have material to listen back to since no notes are made during the session.	Start recording		Communicate that the interview is starting now.
Phase 1	Know more about the experience experts, not just as parents or people who have had a miscarriage.	Let experience experts introduce themselves		The experts have introduced themselves. Achieve a natural flow of conversation.
Phase 1	Achieve a natural way to go to the topic of interview and to pick up on the language the experience experts	Ask question 'What is your reason for wanting to contribute to this research?'		Go from the introduction of the interview to the core topic in a subtle way.

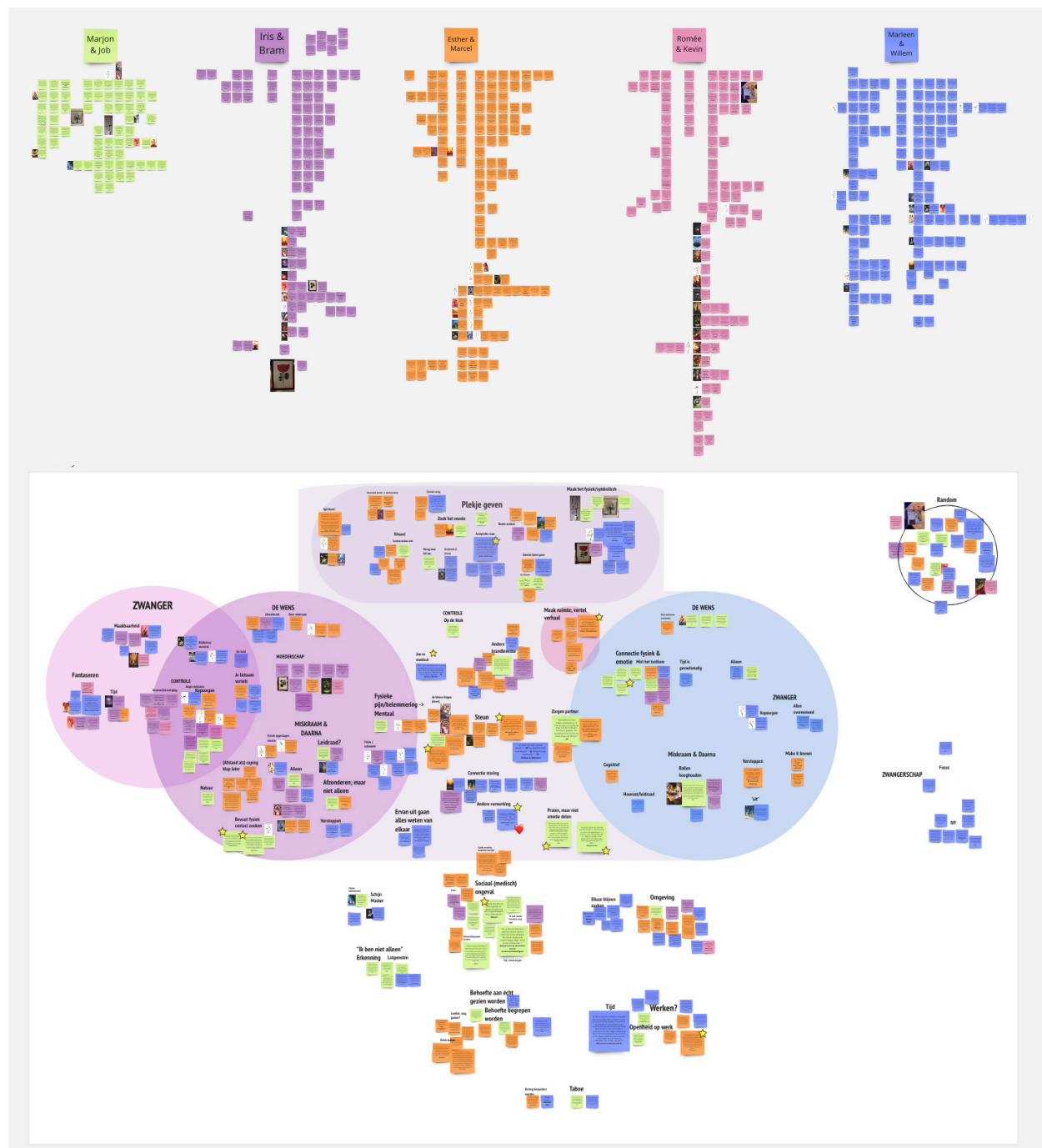
	use surrounding the miscarriage.			
Phase 2	Further introduction to their experience through something they have prepared and are therefore prepared to talk about.	Discuss Item (sensitizing assignment) with questions like "How did this item support you?" "When did you use it/listen to it etc.?"		Go a bit more in depth on their experience through this item. Opens up a way to go into the timeline.
Phase 2	Understand what happens when you go through having a miscarriage.	Moments Place moments on timeline		Have a clear timeline of events/moments created.
Phase 2	Understand what it feels like to go through a miscarriage.	Emotions Place emotions on timeline (dixit card, drawing or word)		Have a clear timeline of emotions based on the cards attached to the timeline (dixit, drawing or words).
Phase 2	Understand more of the emotion described previously by incorporating where the emotion is felt and how it is felt.	Body Place body cards on timeline (optional)		For some events have some additional body cards on which is shown where the emotion is felt. Also understand more about the relationship with the body at different moments in the timeline.
Phase 2	Understand what the experience experts have done to deal or process the emotions described before.	Rituals Ask about what people do with the just discussed emotions and optionally place a card with the activity on the timeline		Cards on the timeline that show (some of the) rituals or through conversation being able to listen back to the recording afterwards.
Phase 2	Close-off the timeline by going over it in overview one more time. Giving the experience expert a last chance to express something they might feel is missing.	Reflect Reflect on the timeline as a whole. Is there anything you might still want to add or is anything missing?		Closing-off the timeline in a smooth way whilst also getting more information about the timeline as a whole.
Phase 3	Ending the interview on a positive note with a possible look into the future. Acquire more information about how people who are going through a miscarriage could be supported.	Round off the interview with a writing/talking exercise (depending on the time) based on the question "What would you like to convey to people who are dealing with a miscarriage right now or might do so in the future?"		Ending the interview on a positive note.
Phase 4	Receive tips and tips in order to improve the next interview.	Reflect on session as a whole		A list of a quick few points of improvements for the next interview (recorded).

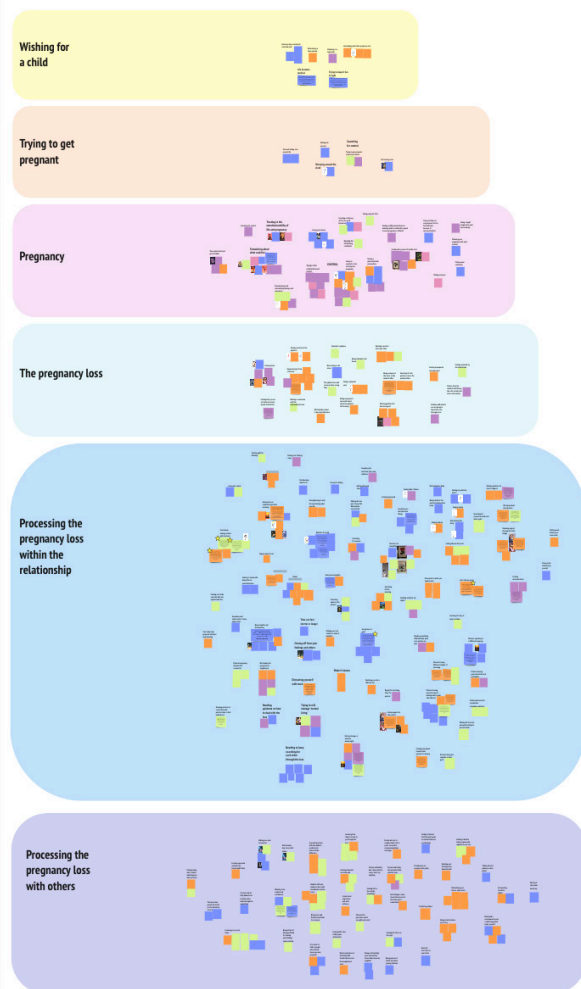
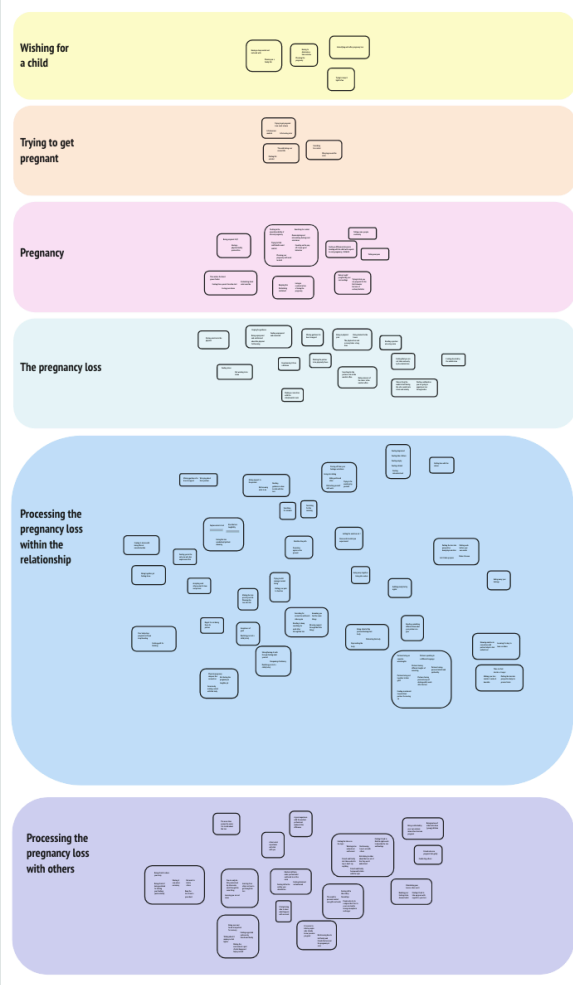
Phase 4	Record the session which is made.	Take pictures & clean up session		Have material to look back upon and reflect upon.
Phase 4	End the interview and show gratitude for them sharing their personal story.	Gift & Promise		Allow for the possibility of keeping the experience experts in the loop for later testing and showing gratitude.

Analysis

Below images are displayed connected to the analysis of the research.

First the quotes were collected and clustered digitally. Then, still, there were no big insights formulated, as the immensity of the data available made it difficult. This resulted into the decision of starting over with post-its. Then, the new insights found were processed through the act of trying to visualize them; drawing.





INSIGHTS / NEEDS

The more (time)
fantasizing the
bigger the loss

The bigger / more
intense the wish
the bigger the
loss

THE NEED FOR
CONTROL (in
every stage)

THE NEED FOR
GUIDANCE

NEEDING AN
EMOTIONAL
OUTLET

NEEDING TO MAKE
MEMORIES

NEEDING TO FIND
MEANING

THE PHYSICAL MAKES IT
(EMOTIONALLY) DIFFERENT BETWEEN
PARTNERS

DISCONNECTING WITH
THE PHYSICAL BODY

NEEDING TO ACTIVELY SEEK
CONNECTION WITH THE
PHYSICAL

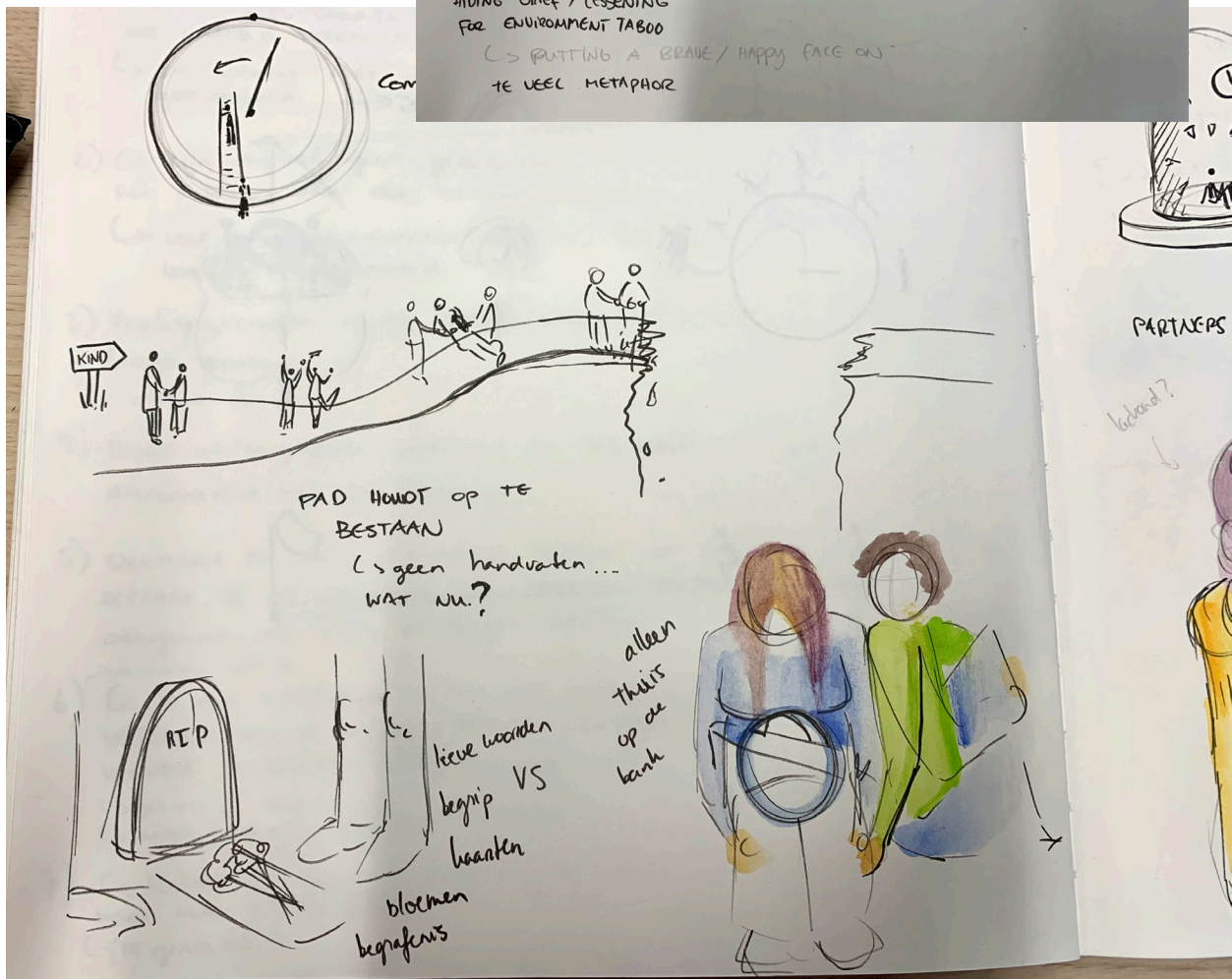
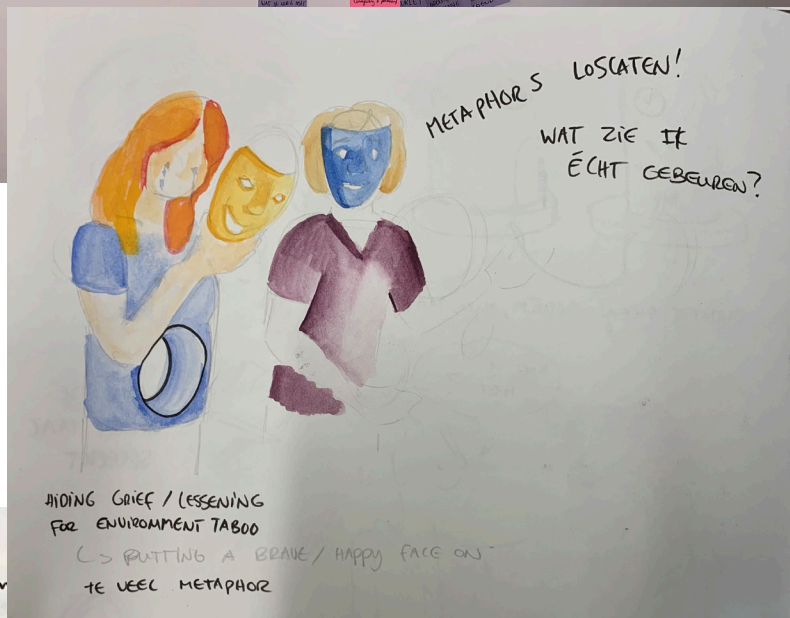
BEING HEARD
AND SEEN IS A
FUNDAMENTAL
NEED FOR
RECOVERY

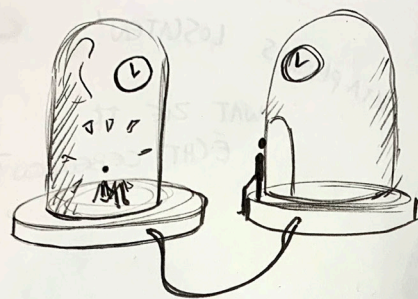
THE NEED FOR
NEW WAYS OF
COMMUNICATING
(IN THE
REALTIONSHIP)

LEARNING TO
GIVE WORDS AND
SPACE TO YOUR
LOSS

MAKING THE
LOSS PART OF
YOUR LIFE

FINDING THE RIGHT WORDS AND TALKING
ABOUT THIS TOPIC IS DIFFICULT AND
UNCOMFORTABLE (FOR THE SURROUNDINGS)





PARTNERS EIGEN VACUÛM, TJD, TAAL



ALSOF JE
ANDERE TAAL
SPREEKT

keerd?

Hoe is
het?



griek



APPENDIX C

timelines

This appendix provides the 10 digitalized timelines created per context mapping session held. Every session resulted in the creation of two timelines, each formed by the respective couples. These digitalized timelines include the moment cards, Dixit cards, body cards made and chosen, in combination with insightful quotes of the participants stated during the session and transcribed afterwards.



TIMELINES

of

The experience experts



TIMELINES

of

Kevin & Romée

Kevin

Kevin is 29 years old and is currently employed as a web developer.



Romée

Romée is 24 years old and loves all kinds of animals. In her free time she likes to be creative and create stories in the Sims.

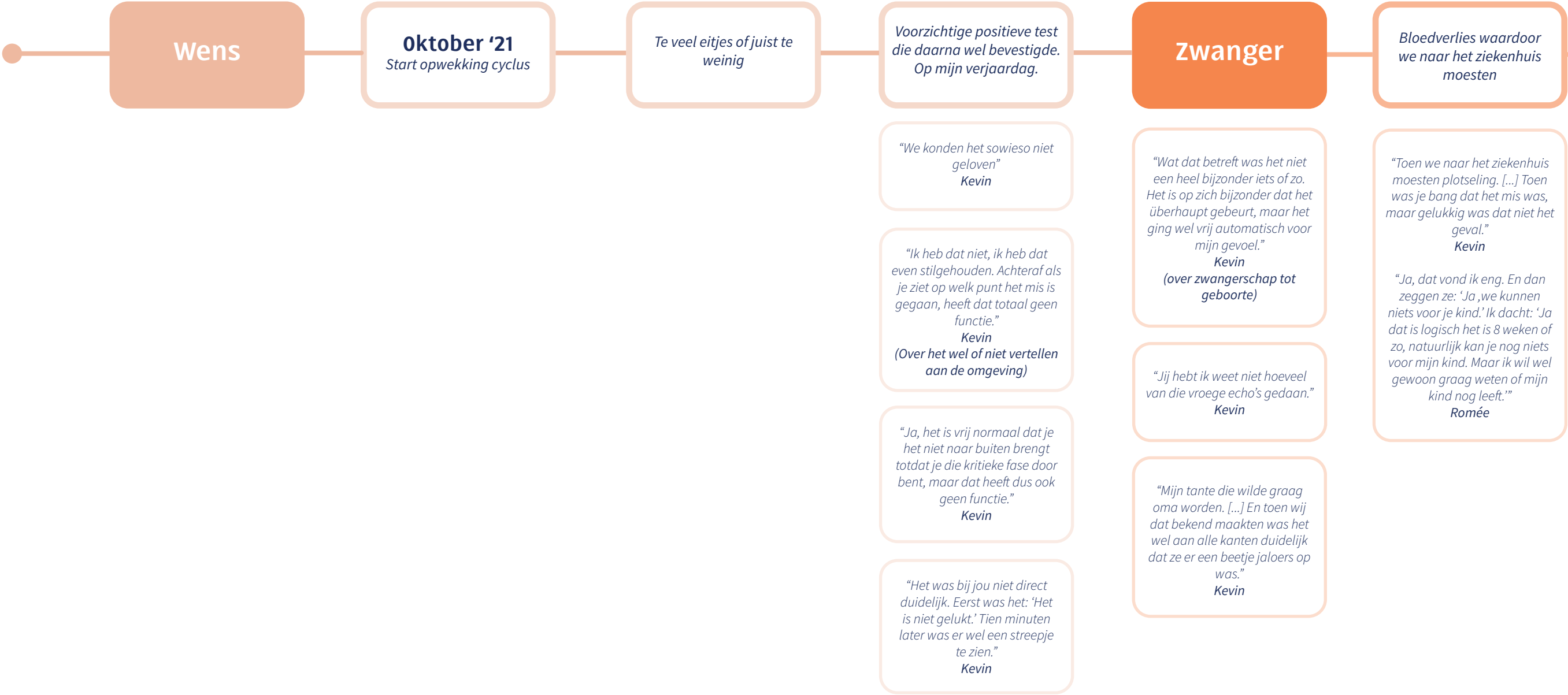
Kevin and Romée have known each other for 2,5 years and started living together 9 months into the relationship.

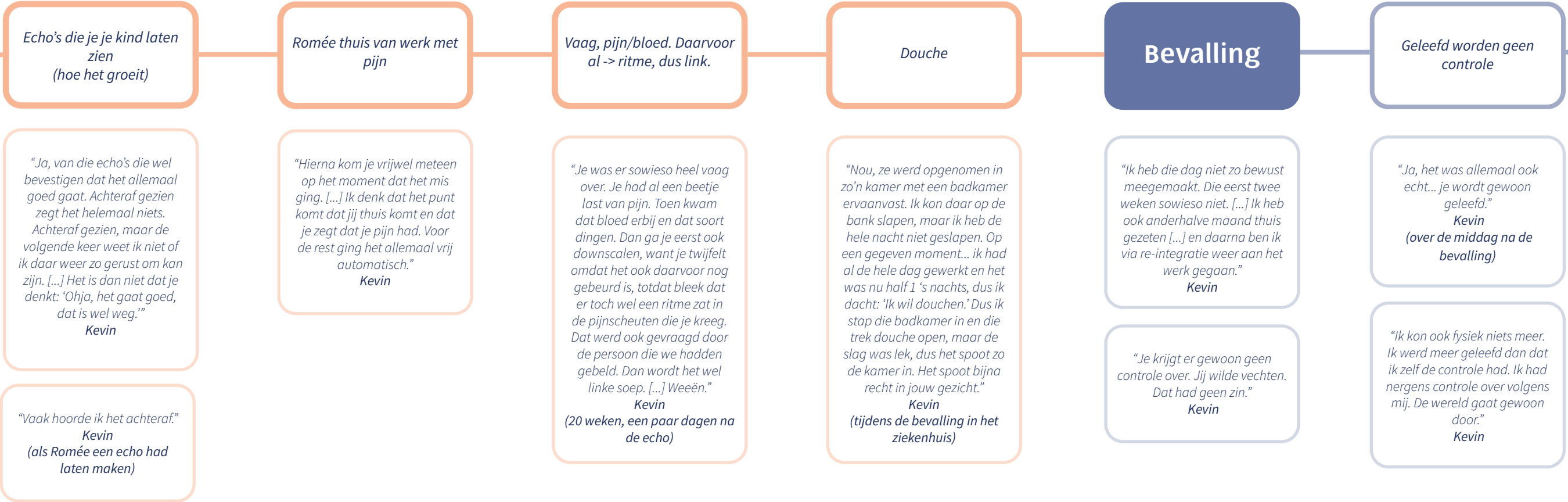
They lost Bojan at 20 weeks, 5 months prior to the interview.

The timeline shows the wish for a child, the pregnancy, the birth of Bojan and the period after the birth till now.

Romée has been diagnosed with PCOS (*Polycystic ovary syndrome*). For them to be able to get pregnant, she has to take different hormones, to induce ovulation.

Kevin's timeline







Romée's timeline



Nov./Dec. 2021 Tweede cyclus letrozol

Eerste niet gelukt. Daarna twee eitjes, met
eisprong.
Noa en Micah



“Vorige cyclus is tegen me
gezegd: ‘Was het maar een
winkel.’ Maar ergens is het dat
wel. Je gaat erheen. Je krijgt
medicatie om een eisprong
op te wekken. Dit waren twee
eitjes.”
Romée

Januari 2022

Derde cyclus letrozol. 3 eitjes artsen zeiden
dat er geen eisprong was. Uiteindelijk toch
eisprong gehad..
Rune, Skye, Fynn

Februari 2022

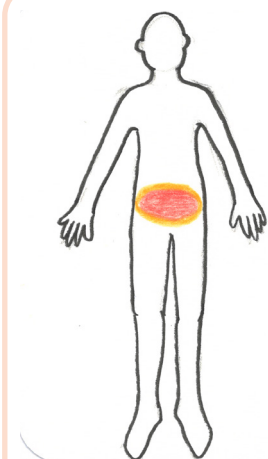
Vierde cyclus letrozol
13 Maart positieve test

“Ik heb ‘m vroeg ‘s ochtends
gedaan. Toen heb ik een
minuut gewacht. Ik dacht dat
die test wel negatief zou zijn.
Toen heb ik ‘m naast m’n bed
gepleurd. Ik heb dus niet die 5
minuten gewacht. ‘S ochtends
heb ik ‘m daar weggehaald,
toen stond er wel een streepje.
Toen heb ik nog een test
gedaan en daar stond nog een
keer een streepje.”
Romée

“Ik heb het meteen iedereen
verteld.”
Romée

“Ik heb toen een speentje
gekocht.”
Romée

Zwanger



“Ja dat voelt heel raar, in de
auto. Als je dan optrekt voel
je echt die hele baarmoeder
zitten. [...] Ik voelde dat echt
heel erg met alles. Dat de
baarmoeder groter werd. Dat
was fijn.”
Romée

25 Maart

Eerste echo

“Dat is twee dagen later. Dat ik
naar mijn werk ging en dat ik
dacht: ‘Nu neem ik het jongste
kindje mee naar de opvang.’
Anderhalve week later heb ik
de eerste echo gehad.”
Romée

“Bij de eerste wel. Bij deze niet,
bij deze ook niet, bij deze wel.
Dus de eerste en de vierde.”
Romée
(of Kevin wel/niet bij de echo's
aanwezig was)

30 Maart
Hartslag

*"Bij die van de hartslag heb ik hem achteraf een cadeautje gegeven van het hartje klopt."
Romée
(over het doen van de echo als verrassing voor partner)*

*"Dit is de Echo.' Achteraf heb ik het er allemaal bijgeschreven. [...] Dit is het vruchtzakje en bij dat witte stipje zag je dat de bloedsomloop erheen ging."
Romée
(boekje na de bevalling gemaakt)*



12 April
Misschien 2?



"Dat was de echo waar ze dan twee vruchtzakjes zagen. Toen had ik zoiets van: 'Oh, misschien nog iets!' Zo verbaasd."

*"De eerste [echo] heb ik gedaan, omdat ik een foto van mijn kind wilde. Ik dacht, als het mis gaat, dan heb ik een foto. Deze [de echo van 30 maart] heb ik laten maken, omdat ik bang was dat er geen hartje was. Deze heb ik gedaan omdat ik jarig was."
Romée*

**Bekendmaking
zwangerschap**
Op de verjaardag van de
moeder van Kevin

*"Ja, zo memorabel vond ik dat ook weer niet."
Kevin*

*"Mijn tante die wilde graag oma worden. [...] En toen wij dat bekend maakten was wel aan alle kanten duidelijk dat ze er een beetje jaloers op was"
Kevin*

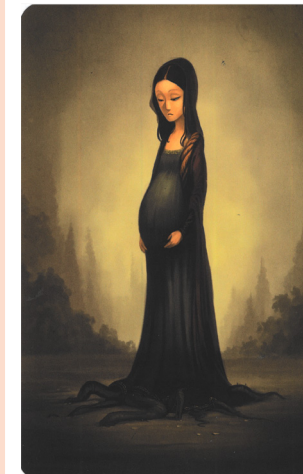
*"Kijken of ze nog steeds zo jaloers is.[...] Ik heb toen naar zijn oma gekeken, helemaal niet naar dat Mens. [...] En nu al helemaal niet meer. [...] Je gaat daar toch niet jaloers op zitten zijn."
Romée*

4 Mei
Bloedverlies



*"Dat was eng. Ik wilde eigenlijk eerst naar bed gaan en toen dacht ik : 'Ik ga toch wat zeggen.' Toen ben ik toch naar beneden gegaan. [...] Toen zei jij: 'bel het ziekenhuis dan maar als je het eng vindt.' [...]"
Romée*

Geslachtsbepaling
Naam: Boyan Senna David



*"Ik was een beetje teleurgesteld, dat het een meisje was.[...] Nou, daar hadden we best wel een discussie over, dat was niet echt leuk. [...] En hij wilde dus wel een meisje. Dus een beetje alsof ik het niet goed heb gedaan of zo."
Romée*

*"Ja, je was gewoon echt heel erg teleurgesteld. Je was gewoon niet blij van : 'Jeej, ik weet wat het geslacht is.'
Romée*

*"Nee, omdat het gewoon niet voor te stellen was aan de hand van dingen die we van te voren... Dan kon dat niet waar zijn."
Kevin*

20 weken echo



*"Je wilt je kind beschermen. Vandaar een kwetsbaar bloemetje om te beschermen tegen die enge dingen daarachter."
Romée*

*"Ik heb een keer in paniek de verloskundige gebeld, want ik had één slok bier gedronken. [...] 'Ik heb bier gedronken, help! En nu? Moet ik het uitkotsen?'"
Romée*

*"Ja [dat was stressvol] Je was echt een totaal ander mens.[...] Dat was al heel snel duidelijk. Dat was voor de testen al duidelijk."
Kevin*

12 Juli

Werken met krampen



“Ja, vond ik een beetje eng. Ik heb ook de hele dag aan hem gevraagd wat hij nou aan het doen is. [...] Ik was op m'n werk. Ik heb echt een paar keer tegen hem gezegd: 'Wat ben jij nou aan het doen? Hou eens op? Doe eens rustig!' [...]”
Romée

“Ik heb afgesloten die dag, dus tot half 7”
Romée
(over de hele dag, vanaf 12 uur 's middags, op werk zijn)

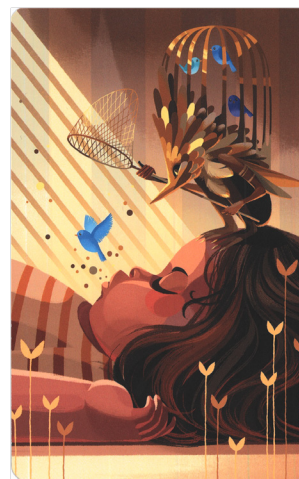
“Eerst kwam er een verloskundige, en die heeft naar zijn hartje geluisterd. Daar was niets aan de hand. Toen heeft ze gevoeld of de baarmoeder dicht zat, maar haar hele hand zat onder het bloed. Toen hebben ze ons naar het ziekenhuis verwezen.”
Romée

“We waren dus in het ziekenhuis en toen hebben ze nog een keer een echo gemaakt. [...] En toen zag alles er goed uit. Daarna hebben ze een inwendige echo gemaakt. Ze zeudeb dat de vruchtzak eruit hing. [...] Dus eigenlijk: 'Kind niets mis mee, maar je bent aan het bevallen.'”
Romée

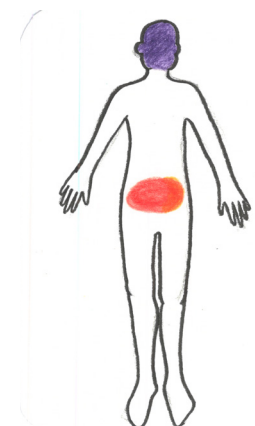
“Ik heb meteen gezegd: 'Ik wil hier blijven.' Achteraf heb ik ook zoveel bloed verloren, dat we dat niet thuis hadden moeten doen.”
Romée
(over keuze naar huis gaan of in het ziekenhuis blijven)

Bevalling

In het ziekenhuis



“Wel lief toch? [...] Sowieso was dus duidelijk dat het zou gaan gebeuren. En dat via deze weg.. dat het een kind was. [...] En de pijn was weg.”
Romée



“De baarmoeder, dat was ook wel wat positief aan het begin.[...] Mijn hoofd was chaos, maar netjes ingekleurde chaos.”
Romée

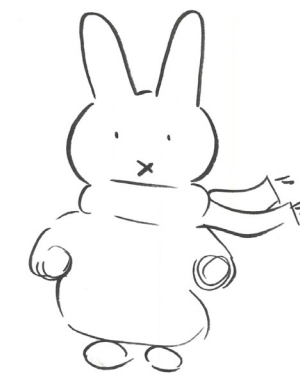
“Aan de ene kant had ik zoiets van 'ja, het lag dus aan mij.. en daarom...' [...] Dat mijn lichaam mij heeft gefaald. [...] Ja, dat is toch best sneu. Dat kind daar was niets mis mee en dan... beëindig ik dat leven, zeg maar. [...] Ik vind het gewoon heel zinloos.”
Romée

“Ik had het eigenlijk al opgegeven. Dat zei ik toen ook in een groep-chat: 'Ik weet überhaupt niet of ik die 24 weken nog wil redden.' En dan krijg je allemaal verwijten over je heen. [...] Je doet toch alles voor je kind, dus waarom zou je niet je kind in leven willen houden met 24 weken? [...] Dit kwam van de 'uitgerekend in november'-groep.”
Romée

“Achteraf is mij uitgelegd dat weeën-remmers maar 72 uur werken, maar dat is me toen niet uitgelegd. Het voelde dus alsof ze zonder reden me geen remmers gegeven en het vanzelf maar moest stoppen.”
Romée

Nijntje knuffel

Sensitizing opdracht item



“Deze is mee geweest bij de bevalling [...] en hij is met zo'n Nijntje begraven, een gele. Wij hebben deze blauwe gekocht. [...] Deze staat in het huis”
Romée

“Het is mijn oude speelgoedkist. Die heeft mijn moeder meegenomen de dag voor de begrafenis. Ik vroeg: 'Heb je die kist nog?' 'Ja.' 'Mag ik 'm terug?'”
Romée

ontbijt

Samen in bed
Watermethode

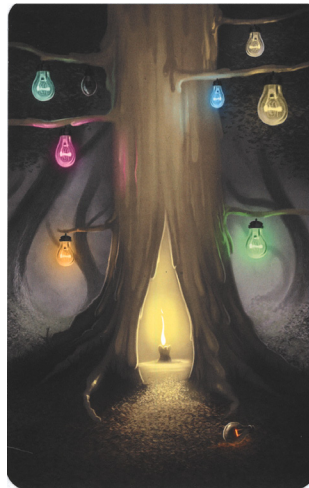


“Volwassen worden. Ja. Na het kind krijgen.”
Romée
“Vervolgens heb ik op die knop geramd, van 'ik wil nu koud water,' want ik vind z'n gezichtje niet zo mooi. [...] Dus uit eindelijk een uur nadat ik heb gezegd, 'ik wil 'm in het water,' lag hij in het water.”
Romée
(over watermethode en hulp ziekenhuis)

“Ik vroeg nog: 'Kunnen we er wat mee doen, dat hij het kind niet wilde cremeren?' Terwijl het voor mij zeker was dat ik het kind wilde cremeren. [...] Daar kwamen we in het ziekenhuis achter en toen zei jij: 'Dat wil ik niet.'”
Romée
(hoe om te gaan met de dood)

Dagen thuis

Pot uitkiezen
Begrafenis



“Licht en mooi.”
Romée

“Sowieso in de week dat ik thuis was [was het een mooie ervaring]. [...] Ik vind de dingen waar je dus met hem mee bezig bent, ook mooi. [...] Eigenlijk vanaf het moment dat ik echt bevallen ben.”
Romée

“Ik ben blij dat ik geen keuze heb hoeven maken. [...] Toen was ik wel een beetje opgelucht. Als we die 24 weken hadden gered... [...] dat was best wel eng geworden, denk ik.”
Romée

“Toen heb ik het telefoonnummer gebeld dat we hadden gekregen in het ziekenhuis, om te vragen hoe koud het water moest zijn. Dat hadden ze niet gezegd in het ziekenhuis. Toen had zij ook de tip gegeven om je niet aan te geven bij de gemeente, want als je dat doet, dan moet dat kind een officiële uitvaart hebben. Dus zolang je niet weet wat je met het kindje wil, moet je dat niet doen.”

Romée
(over contact IMA
afscheidszorg)

“Nouja, ik heb vooral alles geregeld. Ik was alles aan het regelen en had het overzicht.. en jij wist niets meer.”

Romée

“Mijn moeder vond het een beetje spannend. Die vrienden en zijn moeder hebben ‘m vast gehouden. Zondag is jouw moeder nog langs geweest en heeft ze alles schoon gemaakt, zodat de tuin en beetje netjes is. We hebben nog een beetje foto’s zitten maken”

Romée

“Ik had een oom die wil het er ook niet over hebben. Die kwam uit Duitsland en is een heel, echt heel groot taboe. Hoe kan je dat kind mee nemen? En ook nog foto’s van maken? Helemaal koekoek.”

Romée

“Ik vond dat wel echt fijn contact. Ik kon haar de hele week vragen stellen, dat was wel fijn.”

Romée
(over contact IMA
afscheidszorg)

“Ik wilde niet op een begraafplaats, en hij wilde niet cremieren. [...] Ik heb er moeite mee gehad, dat hij begraven is. Ik vind het helemaal niets dat hij dan vergaat en zo [...] Het gaat niet om genetisch ,maar omdat ik weet dat dat mijn kind is gewoon.”

Romée



Bojan's plek in de achtertuin

Kindergrafjes geadopteerd

Plek om naartoe te kunnen
gaan



“Hoe kan daar dan ooit nog een keer leven ontstaan, terwijl hij daar dood is gegaan?”

Romée

“Het gaat om het idee, niet om wat genetisch.. en genetisch aantoonbaar is, zijn DNA nog in mijn lichaam. Dus dan hou ik het sowieso bij me. En dat [wat begraven is] vergaat sowieso sneller dan dat wat in mijn lichaam zit.”

Romée

“Op de oude begraafplaats in Purmerend heb ik een kindergrafje geadopteerd met het idee ‘hij is nu hier en dan ga je niet ergens heen’. [...] Ik ben er al twee keer geweest. Alleen en met mijn moeder één keer.”

Romée

Nu

“Ik denk dat we hem wel elke dag even noemen, maar niet bewust.”
Roméé

“Hij hoort er toch gewoon bij, dus dan heb je het er toch over?”
Roméé

“Toen vroeg ze of ik een kind had en toen zei ik dat hij veel te vroeg was geboren. Toen zei zij ‘Oh! Ik ook.’ Toen dacht ik: ‘Oh nou. Het heeft zo... zij komt nu wel haar kinderen ophalen. Ja, straks zie je ook niet meer aan mij dat dit gebeurd is. Dan heb ik ook gewoon een kind.’”
Roméé

“Met twee vriendinnen. Eentje echt een dag erna dat het kind was geboren. Tibbe, ook 20 weken en 4 dagen. [...] Zij zei ook dat ze een beetje het gevoel had dat ze vriendjes zijn. Ik weet dat niet.”
Roméé
(over vriendin met gedeeld verhaal)

Tips

“Eigenlijk kom voor jezelf op [in het ziekenhuis/bij de medicij]. En weet dat niets verkeerd is”
Roméé

“Als je iets in het ziekenhuis niet begrijpt, stel vragen!”
Roméé



TIMELINES
of
Esther & Marcel

Esther

Esther is 47 years old. Currently she is employed as a teacher at a primary school and as a birth coach.



Marcel

Marcel is 46 years old and is presently working as a physiotherapist and manual therapist.

Esther and Marcel have 6 children in total of whom 5 they care for on a day to day basis. They have known each other for 32 years. Both have experienced multiple pregnancy losses and a stillbirth (Sterre), however for this timeline, we will only discuss the first pregnancy loss.

This pregnancy loss occurred in their previous house and took place about 20 years ago. The pregnancy loss was unexpected, since they did not know they were pregnant. This causes the wish for a child to develop after having experienced the pregnancy loss, as is reflected in the timeline.

As time passed, Esther felt the loss discussed in the timeline was a soul called Thomas.

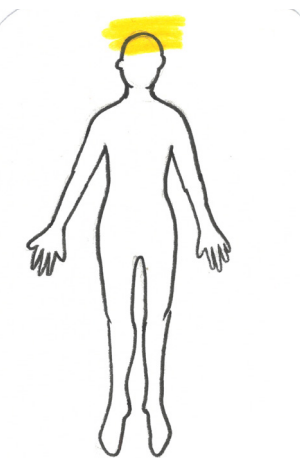
For Marcel the timeline ends with their trip to Valencia. Here they cried and talked about what happened while driving in a truck of Esther's father's company. This act helped Marcel to process the pregnancy loss and to put it into perspective. This is why Marcel's timeline ends there.

Esther's timeline

Miskraam



“Uiteindelijk ben ik heel erg gaan geloven in het pad van een ziel. [...] Zo denk ik wel dat die ziel als taak had om ons wakker te maken, om ons warm te maken. En wellicht is die ziel ook bij Sterre weer terug gekomen. Die ziel is voor mij een jongensziel, voel ik, met de naam Thomas.”
Esther



“Ik heb geel om het hoofd heen, omdat ik heel erg in mijn hoofd heb gezeten en dus heel erg hoog zat. Het berationaliseren van alles, maar het was wel Thomas die de hoek om kwam kijken. [...] Meer het jongetje van: ‘Joeehoeeee, ik kom eraan. Alleen nu nog niet.’”
Esther

“Ik heb het niet zelf in die zin benoemd of verzonnen, maar ik ben d'r wel helemaal in mee gegaan, dat het klopt.”
Marcel
(over pad van een ziel, Thomas)

Zwanger

“Zwanger en miskraam was eigenlijk 1 moment. Daar zaten 2 minuten tussen. Ik ging met klachten naar de dokter en die zei doe maar een zwangerschapstest [...] en die bleek positief. En die zei: ‘Je weet ook meteen dat het mis is, want anders heb je niet zoveel bloedverlies.’”
Esther
(over niet weten zwanger zijn)

“Ik had niet echt klachten of zo. Ik was niet misselijk. Ik had geen last van mijn borsten. Allemaal dingen die ik bij de zwangerschappen hierna wel heb gehad. Dus ik denk dat mijn lichaam ook wel gewoon wist, dit is niet oké, dus we gaan niet die fase in.”
Esther
(over niet weten zwanger zijn)

“Ik was er eigenlijk zo onwijs nuchter over.”
Esther
(over gemoedstoestand)

“Het was een twilightzone. [...] Het heeft ook geen tijd gehad om heel blij over te zijn en dan teleurstelling. Het was meer van ‘oké, en nu?’”
Esther

“Ik heb dat eigenlijk op het moment niet gevoeld, want ik wist ook niet hoe zwanger voelde. Normaal gesproken als je zwanger wil worden ga je op internet en dan ga je boeken lezen. En dat had ik allemaal nog niet gedaan, dus ik wist niet wat erbij hoorde qua klachten en zo. Dus die had ik ook helemaal niet.”
Esther

“Dus toen naar huis gegaan met ‘oké, ik heb een miskraam,’ maar wat doe ik dan met mijn werk? Uiteindelijk ben ik wel gewoon gaan werken en zo in afwachting op. Na twee weken weer terug naar de dokter [...] Ja het zit er nog, het is zelfs gegroeid. Dus mijn lichaam was gewoon volop BOING zwangeeerrrr. [...] ‘Dus wat wil je?’ Dan curetteren, inderdaad.”
Esther
(over proces miskraam)

Curretage



“Maar ook die leeuw die voor de grot zit. Ik vind dat juist het symbool van hoe jij voor mij bent gaan staan. En dus voor mij bent gaan staan.. en mij bent gaan steunen. Dat is denk ik daar wel echt geboren voor mij.”
Esther

“En toen zei die arts: ‘Ga maar naast het hoofd van je vrouw staan.’ [...] Vanaf het moment dat hij dat zei heb je bij mijn hoofdeinde gestaan. [...] Vanaf dat moment was je gewoon echt een steun.”
Esther
(bij afspraak voor een echo nog voor de curretage)

“Ik heb de curretage onder plaatselijke verdoving gedaan. Want ik maakte het allemaal zo niet mee. Ik was er zo helemaal niet in. Ik moest echt beseffen wat er gebeurde. [...] Normaal gesproken dan wordt je wakker en is je kindje weg, maar ik had zo iets van even ... ‘t moet landen.’”
Esther
(over keuze curretage onder plaatselijke verdoving)

“Door die verpleegkundigen die ernaast stonden... die waren aan het Vertellen. ‘Hoe was je weekend uiteindelijk? Wat heb je nou gedaan?’ En dat waren ze dus, terwijl ik daartussen met mijn benen in de beugels lag, aan elkaar aan het vragen en een beetje aan het bijkletsen over mij heen. Dat vond ik heel vervelend.”
Esther

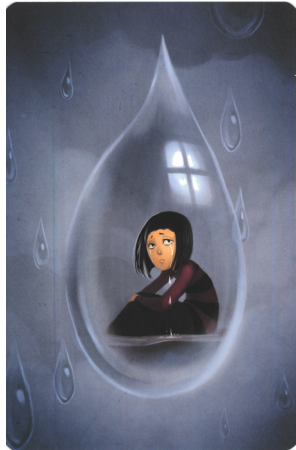


“De curretage voelde ik natuurlijk heel erg in mijn buik gebied met letterlijk bloed, maar ook Met... er gebeurt heel veel daar.”
Esther

“Echt het fysieke, de pijn die daar vooral in zat en de bloeding waarvan ik me helemaal niet bewust was dat dat zo heftig zou gaan worden.”
Esther

Down/blauwe trui

Verjaardag

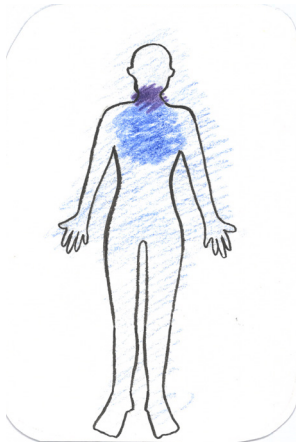


“Ja ik heb me wel echt daar alleen-ig gevoeld in dat stukje, met mijn verdriet. [...] De cocon van het alleen zijn. En ze kijkt net zo triest als dat ik me voelde en ook die houding.”

Esther

“Nu zou ik er heel anders mee om gaan, ik zou erg echt de ruimte voor maken. Het feit dat ik de tweede miskraam echt heb begraven, echt een ritueel van heb gemaakt... dat is heel anders dan dit. Dit voelt heel kil, heel rationeel ook. [...] Ik snap wel waarom die arts dat ook zag en benoemde.”

Esther



“En hier wel echt een heel blauw, maar dan donkerblauw gevoel. Met heel veel pijn, hier, op m'n borst. Maar ook heel erg donker, hier, bij mijn keel. Ik merk het ook als ik het er nu over heb dat er hier gewoon nog wel emoties vast zitten. [...] De brok in je keel, maar het niet door te laten gaan.”

Esther

“Wel samen, maar daar binnen wel alleen. Omdat ik het echt in al mijn emoties doormaakte én in mijn lijf. Marcel meer... er wel bij zijn, maar het niet kunnen voelen en het niet kunnen delen op dat stukje, want hij maakt het niet mee, wat er allemaal in mijn lijf en hoofd omgaat.”

Esther

“Ik zou het niet uiten denk ik, want dat heb ik toen ook niet gedaan en toen was ik ook al met het werk bezig als geboortecoach en met veel mensen in contact. [...] Ook ,omdat het nog zo vroeg is. Alsof het niet legitiem is om daar over te rouwen. Dat hebben we zelfs met Sterre. Dat ik dan denk: ‘Ach, als mensen zien hoe klein ze is dan snappen ze het allemaal niet.’ Het is wel een beetje stil verdriet.”

Esther

“Het verdriet komt dan heel erg. Na de curettage word je naar huis gestuurd. ‘Koop maar wat zwaar maandverband, want je zal nog wel even bloeden.’ [...] Dus dan loop je ineens met een soort van kraamverbanden. Dan voel je je fysiek ook echt wel naar. Toen kwam pas het mentale stukje. Toen kwam eigenlijk pas het besef wat we achter de rug hadden. [...] Het duurde in totaal drie weken of zo tot en met Valencia of misschien tot en met de herfstvakantie.”

Esther

“Ik weet nog dat ik mijn vader belde [...] Ik zei: ‘Nou pap, ik ben zwanger, maar het blijkt niet goed te zijn, dus het zal waarschijnlijk weer vanzelf weg gaan.’ Hij zei: ‘Goh meis wat vervelend.’ Ik hoorde zijn vrouw op de achtergrond. Ze nam de telefoon over en ze zei ‘Oh ik heb het ook gehad. Ja, met 6 Weken. Het stelt ook nog niets voor dan.’ Toen dacht ik: ‘Je weet echt niet wat je zegt.’ Ja, ik had inmiddels wel het besef

blijikbaar.”

Esther

“Twaalf oktober kwam jouw zus ineens ‘ding-dong’ nog voor m'n verjaardag op visite.. Ik zei: ‘We hebben eigenlijk niemand afgebeld, maar we vieren het niet. Nee, ik heb net een miskraam gehad.’ Ze voelde zich echt een beetje van: ‘Ohw, wat moeten we dan doen? Gaan ik dan weer naar huis?’ Ik zei: ‘Ja, doe maar wel.’ Dat was op mijn verjaardag. Ik weet nog welke trui ik aanhad. Een blauwe trui. Dat is echt zo'n leeftrui geweest. Ik was echt heel verdrietig en wel een beetje depressief.

Esther

“Ik herinner me de periode na de curettage... ik was echt wel heel erg down.”

Esther

“Ja, helemaal leeg was jij”

Marcel

“Nu met onze dochter Sterre merk ik gewoon dat ik heel veel steun heb aan mensen die hetzelfde doormaken. En dat had ik misschien toen ook, maar toen [...] . Dan had je een boek moeten hebben van miskramen, toevallig.”

Esther

Wens

“Ik moet dan wel deze cyclus een soort van afmaken. Dit jaar of zo. [...] Ja het cirkeltje moet rond, anders klopt het niet. Als ik in ieder geval op mijn volgende verjaardag dan maar een kind heb. [...] Dat was gewoon een hele sterke wens.”

Esther

“Na de curettage zei die dokter de Witte bij een nagesprek of zo, de dag erna: ‘Nou, wat mij betreft kunnen jullie gelijk weer zwanger worden.’ En dat jij zoiets had van: ‘Dat bepaal ik zelf wel.’”

Esther

Kamp/werk

“Ik ben tussendoor nog gaan werken. Ik ben nog naar kamp geweest [...]. Toen heb ik afgezegd, want ik had die curettage gehad, maar ik weet dat je dan andere collega's heel erg opgescheept met heel veel werk, want verstandelijk gehandicapte kinderen. Woensdagavond ben ik toch gewoon naar kamp geweest, [...] maar het was heel zwaar.”

Esther

“Ik weet nog dat ik daar de zaal binnenkwam en dat mijn zes maanden zwangere collega mij aankeek en ze vol schoot. Ze zei: ‘Ik voel me zo schuldig dat ik nu wel zwanger ben.’

Esther

“Ik heb eigenlijk best wel veel steun en troost op mijn werk gehad, omdat ik het daar wel kon uitspreken. Ik zei: ‘Ik heb een miskraam,’ en iedereen schoot echt vol. ‘Oh echt waar? Oh meis.’ Mijn collega's zaten in een andere leeftijdsfase van 5 jaar ouder, dus die waren net zwanger of hadden net een kindje. Voor hen leefde het heel erg, voor mij niet. Dat heeft wel meer besef doen...”

Esther

Valencia

“Valencia heeft voor mij niet de betekenis gehad die het voor jou heeft gehad qua verwerken.”

Esther
(over verschillende tijdlijnen en manieren van verwerken)

“Ik denk dat we niet heel veel echt met woorden erover hebben gesproken, meer dat als ik dan verdrietig was, dat jij mij dan kwam troosten of dat je een kopje thee voor me maakte. Ik voelde me wel echt gesteund. We maakten het wel samen door. En ik had wel het idee dat alleen wij samen weten wat voor impact dit heeft.”

Esther

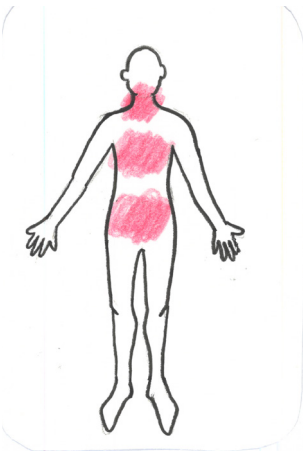
Maxima-Tango

♪ Adios Nonino ♪



“Het nummer ‘Adios nonino’ [...] ... dat nummer heeft iemand opgezet toen ik maar niet bij m’n verdriet kwam en toen kwam ik wel aan mijn verdriet. Toen heb ik echt zo erg zitten brullen. Elke keer als ik dat liedje hoorde dan kwam het echt weer uit mijn tenen. [...] Nu is het gewoon een liedje, maar wel een liedje dat ik aan die periode koppel”

Esther



“Hier weer de emotie, hartenpijn. En de buik die je mistte. De gevulde buik die mist, leegte. [...] Hier heb ik echt gewoon de leegte gevoeld van: ‘Het is gewoon weg... mij ontnomen.’”

Esther

“Volgens mij hebben we bewust ook wel bij de buik stil gestaan. Ja zeker, heel veel energie gestuurd naar de buik. Ja.”

Esther
(tijdens een Reiki avond)

Reiki avond

Doorvoelen verdriet/pijn

“Ik heb me heel erg vastgehouden aan het feit dat dit is de mildste vorm van een miskraam is. Ik heb nooit blijdschap gevoeld. Het was meteen: ‘Oké, dit is niet goed.’ Waar een ander die twee streepjes heeft of zelfs al die fases daarvoor, dat heb ik niet gehad. Het is ook nog niet eens een kindje geweest met een hartslag. Het is nog niet eens een kindje geweest. Het is een leeg windel. Ja, achteraf gezien wel [...] Ik denk dat het een coping mechanisme was.”

Esther

“...daardoor werd de klap eigenlijk achteraf groter. Ik zal je zeggen, het is 20 jaar geleden, maar ik denk dat ik het pas afgelopen jaar verwerkt heb. Zo lang heb ik het eigenlijk weggemoffeld onder het mom van: ‘Ja, het is een leeg wind-ei en er is dus heel veel goeds uitgekomen, want dit is wat we wilden.’ [...] Maar achteraf dacht ik van: ‘Wow, wacht even, dit waren er eigenlijk nog meer.’ En ik ben daar ook heel spiritueel mee door gegaan. Ken je Reiki avonden?”

Esther

“Elke maand gingen we elkaar behandelingen geven. [...] En één van die collega’s had dus ook net een miskraam met 12 weken gehad. Dat was voor mij ook echt een klap toen zij... Dat vond ik echt zo verdrietig voor haar. Zij wilde echt en na twaalf weken ging het mis. Ik had dat allemaal als referentie, dus dat van mij, ja, ik maak mezelf misschien ook wel snel klein hierin. [...] Zij ging zo enorm huilen, zo enorm huilen voor het verlies. En toen heb ik haar getroost.”

Esther

“In december hadden we weer een Reiki avond. [...] volgens mij heeft mijn tante toen dat liedje gegeven op een cassettebandje. Je zei: ‘Als ik dit liedje hoor ga ik zo brullen. Misschien helpt het jou.’ En het hielp inderdaad in die periode om echt bij dat verdriet te kome, want ik bagatelliseerde dat gewoon, omdat ik in mijn hoofd dat wegstopte.”

Esther

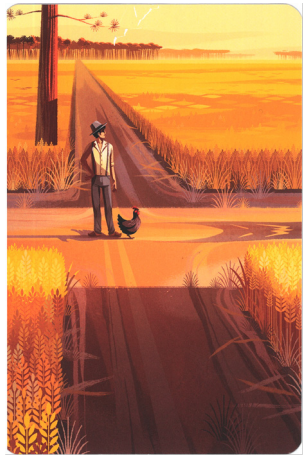
“En op 1 van die Reiki avonden in december hebben ze allemaal Reiki gegeven om dat stuk te verwerken. [...] Dat was zo intens. Ik heb zo zitten brullen. Ze zeiden: ‘Gooi het er maar uit!’ En heb toen met mijn voet heel erg een stoot gegeven aan de tafel, en dat gat zit er nog in. [...] Die massage tafel hebben we nog, en als ik dat gat dus zie [...] dan denk ik: ‘Ohja, dat was toen.’”

Esther

“Het is zo erg wat eruit kwam van: ‘Het is mij afgenomen. Het hebben van een kind, de zwangerschap is mij afgenomen.’”

Esther

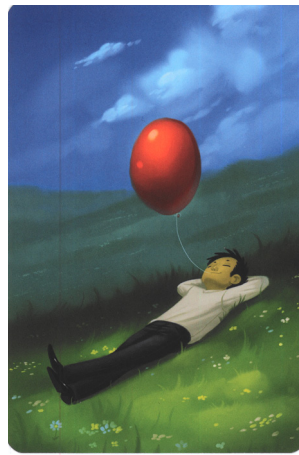
Auto ongeluk



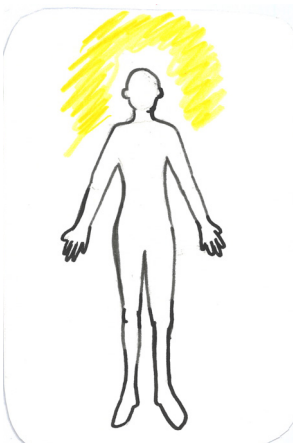
"Dit was het kruispunt. Marcel werd gedwongen om langer over zijn studie te doen en daardoor konden we dus nog niet voor kinderen gaan. [...] Een ander bepaalt mijn pad."
Esther



"Daar was ik heel boos over. Dus ik voelde me hier echt ... uhh boos! Maar ook echt in het uiten. Ik had echt zoiets van: 'Dit gaat echt niet gebeuren.' Wij gaan gewoon die brief schrijven, het moet gewoon goed komen."
Esther



"Het was ook een soort opluchting, van: 'Ohja, wacht even, er zit dus wel een bedoeling achter. Het is eigenlijk maar goed dat het zo gegaan is.'"
Esther



"Dit gaat echt over dit in verhouding tot wat het auto ongeluk hierin heeft betekend. Vandaar ook de gele.. geestelijke spirituele vibe die ik daar heb kunnen voelen."
Esther

"Uiteindelijk zijn we daar zonder kleerscheuren vanaf gekomen. En toen besepte ik ineens, als ik wel zwanger was, dan was ik ruim 6 maanden, en had dit kindje dat wel overleefd? Dat is voor mij zo een ijkpunt geweest van: 'Er is meer tussen hemel en aarde. Sommige dingen gebeuren omdat er al vooruit kan worden gekeken, wat ik niet weet. Er zit dus altijd een lichtpuntje in iets wat je meemaakt, wat heel zwaar is. Soms kom je erachter waarom het gebeurt en soms niet. Het is voor mij wel de leidraad in mijn leven nu.'"

Esther

"De dag daarna zei ik: 'Jeetje, ik was nu eigenlijk zes [...] maanden.' En ik ging helemaal bedenken hoe het er dan uit zou zien. Voor jou was het meer van: 'Ja, je was zes maanden zwanger geweest.'"

Esther

Zwanger

Van Nienke



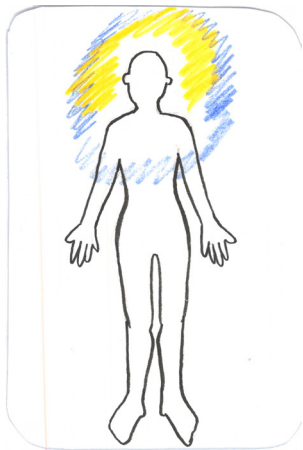
“Met de zwangerschap van Nienke. Ook wel het weten dat er sterretjes of zielen om je heen zijn die ook niet komen. Dat er hier dus hele blij zielen zijn die wel gaan komen. [...] Ik voel mij ook niet alleen een moeder van kinderen hier, maar zielen die nog daar zijn. [...] Dus een beetje dat speelse en dat blij van: ‘Oh ik ga komen,’ maar ook dat er sommigen niet komen.”

“Op mijn website heb ik een sectie met zielsmoeder, waar ik mijn ervaring met hen zou kunnen delen. [...] Omdat ik ineens wel voelde... mensen zeggen altijd: ‘Je bent echt zo’n ‘oermoeder,’ Maar, nee, het is anders... ik ben een zielsmoeder.

Esther

“Ik ben ook wel oermoeder, maar ook al die zielen... ja ik kan daar wel... ik kan daar wel iets concreets mee zien. Een beeld zoals dit”

Esther



“Dit is de blijdschap en het spirituele stuk, maar ook wel met een donker randje. Ik ben nooit zonder angst geweest. Ik was ook heel erg bang om haar te verliezen.”

Esther

“Als je start met het verlies van een zwangerschap zal je nooit onbevangen zijn in welke zwangerschap dan ook. ... nog steeds tot aan de dag van vandaag. Ik weet gewoon dat het hier begonnen is, altijd de angst om een kind te verliezen.”

Esther

Difference between stillbirth and pregnancy loss

“uiteindelijk waren er ook twee die hier na het overlijden van Sterre kwamen. Ze zeiden toen: ‘Toen ik mijn miskraam had...’ Ik dacht toen: ‘Zo, alsjeblieft. Ik weet echt was een miskraam is en wat een doodgeboorte is.’ [...] Ja, daar maak je bij mij echt heel wat los.”

Esther

“Ze was mini, maar wel helemaal af. En dat heb je met een miskraam, met 12 weken miskraam tot 16 weken, noem je het een miskraam. Dat is je baby ook wel af, maar heel erg klein. En een miskraam is ook vaak dat er echt iets niet goed is, dat het kindje dus zelf overlijdt.”

Esther

“Gigantisch. Wij hebben op facebook eerst een berichtje gezet dat we zwanger waren. En toen een berichtje van ‘er komen donkere wolken.’ Daarna berichtje waarin stond: ‘Het is echt niet goed, en ze gaat weer terug naar waar ze vandaan kwam.’ Willen jullie allemaal een kaarsje branden? Het gaat over 3 dagen gebeuren. [...] We zijn naar het crematorium gegaan. Daar stonden gewoon 40 familieleden.”

Esther

“Iedereen weet ook van Sterre. Er hangen hier ook allerlei verschillende ornamenten waar Sterre op staat. Het is het kleinkind van mijn ouders dat nooit is gekomen, dus het is echt onderdeel van het Gezin. Ook omdat we het heel erg hebben gecommuniceerd naar de buitenwereld en hen mee hebben genomen in het proces... Mensen zijn wel echt van: ‘Wow, ik weet eigenlijk nu pas wat het betekent als iemand in zo’n termijn een kindje verliest.’

Esther

Tips

“Ik denk vooral... maak de omgeving deelgenoot.”

Esther

“Als het kindje al zover is dat ze een naam hebben, blijf de naam noemen, later, daarna. Zodat het kindje dat niet fysiek is geworden, wel een plek krijgt in het gezin.”

Esther

“Gewoon een hele simpele tip is [...] om elke keer als je naar de wc gaat in een vergiet te plassen. [...] Ergens komt een keer het kindje mee, en voor je het weet spoel je ‘m per ongeluk door. [...] Dat hoor je vaak, of uit schrik doortrekken, of ah nee, doe maar doortrekken of per ongeluk doortrekken. Maar als je het kan opvangen, kan je altijd nog besluiten om het weg te doen. Dan kan je altijd nog begraven of via een ander ritueel afscheid nemen voordat je het weg doet.”

Esther

“Benoem het, verstop het niet. En als je een miskraam gaat meemaken, leg zo veel mogelijk vast, ofwel een dagboek, dan kan je de details later terug lezen, maar ook, als je het aandurft, foto’s maken. [...] Dat je dan weer terug kan kijken. Foto’s kan je altijd nog deleten, maar je kan ze nooit nog een keer alsnog maken.”

Esther

“Maak er een ritueel van als je inderdaad een foetus hebt opgevangen.”

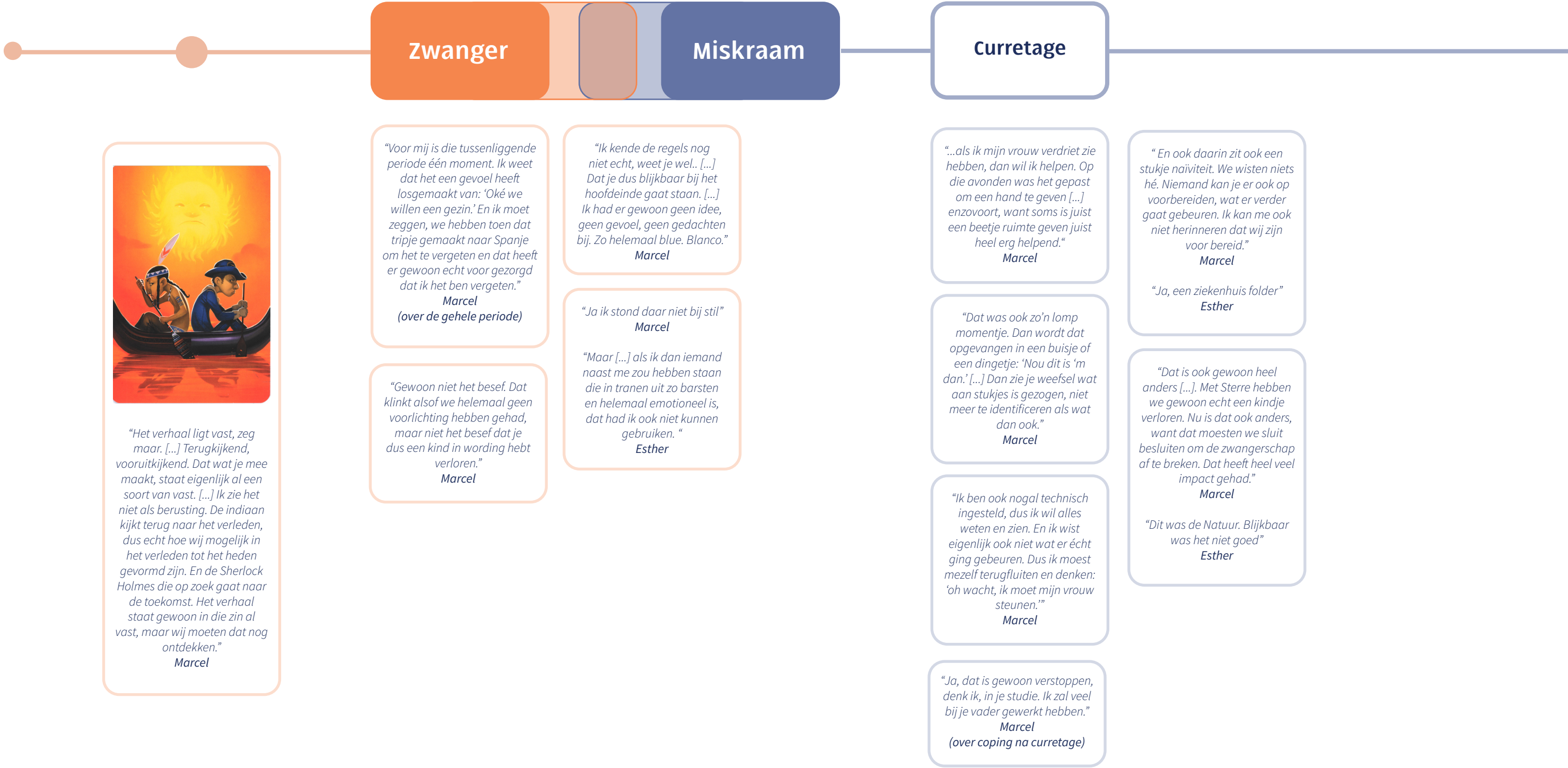
Esther

“Sluit het niet buiten, of.. hou het niet binnen. Maak het gewoon onderdeel van je dagelijkse leven.”

Esther

“Praat erover “
Esther

Marcel's timeline



Wens



“De sterke verbinding die we met elkaar... wij waren al echt met elkaar verbonden, maar dit heeft onze band zeker sterker gemaakt en kan eigenlijk niet meer verbroken worden, gevoelsmatig.”
Marcel

“Dus dat betekent een ring voor mij. [...] Het maakt letterlijk de cirkel rond en kan niet verbroken worden. De cirkel wordt ook niet verbroken.”
Marcel

“Ik wist door de miskraam: ‘Wow, er is wel echt iets aangeboord...’ Dat wat we nu omschrijven als wens.”
Marcel

“Wij hebben op een andere manier intimiteit daarna gehad.”
Marcel

“Ja, het heeft wel een extra dimensie gegeven in onze relatie en in ons samen zijn. [...] Maar als je dat het besef hebt, dat je echt samen een gezin.. dat is écht écht.”
Marcel

“Ja, dat is de bekroning van de liefde. De belichaming van de liefde die wij voelen tussen ons.”
Esther

Valencia
Samen op korte vakantie rijdend

“Ik besef me dat hier voor mij de tijdlijn ophoudt”
Marcel

“De eerste paar uren zijn we echt stil geweest. En na een paar uren... besef van wat er dan gebeurd is. Dat gaf wel veel verdriet. Ondanks dat ik een gevoelsmannetje ben... dan heb ik mijn verdriet geuit en dan is het alweer weg. Dan is het verwerkt. Bij deze zwangerschap wel. Bij Sterre’s zwangerschap is dat natuurlijk heel anders geweest.”
Marcel

“Het is eigenlijk wel heel gek, want ik ben echt zo’n gevoelsmannetje. [...] Het is echt uit m’n systeem gewoon. Dat Valencia, hoe gek dat ook klinkt, heeft erg goed gedaan. Moet je je voorstellen, in 23 uur daar naartoe rijden, dan daar een beetje rondhobbelen, proberen te slapen en dan weer in 2 dagen teruggereden. Dus dat was ook fysiek intensieve verwerking.”
Marcel
(over zich niets kunnen herinneren tussen de eerste afspraak en Valencia)

“Met Sterre heb ik dat wel, een gevoel. Dat ze er is. Maar bij de anderen haak ik een beetje af, dat begrijpt mijn brein niet zo goed. [...] Ik heb dat gewoon niet.”
Marcel

“En dat is ook goed.”
Esther

(Over spiritualiteit, zielen van verliesgeboortes om je heen voelen)

“Ik heb verdriet, of ik heb geen verdriet. Ik heb niet... jij meet dat op de een of andere manier altijd. Maar misschien ben je ook altijd een beetje bang voor de mening van een ander.”
Marcel
(over verschil in verdriet tussen partners)

Tips

“Hou het niet stil voor jezelf.”
Marcel

“Het roept allerlei emoties en gevoelens op enzovoorts en daar moet je het over hebben. Wat jij ook zegt; Hou het wel levend op de een of andere manier. Het is ook gewoon onderdeel van je eigen zijn.”
Marcel

“...als een verhaal, zeg maar, te blijven vertellen, want anders ben je het gewoon kwijt. Ik vind dat gewoon voor mezelf wel ook heftig. Ik weet het gewoon niet meer. Dat is niet helemaal de bedoeling. Dus [...] hou het levend.”
Marcel

“Toen wij ons verhaal vertelden [...] kwam een vrouw van 73, huilend naar mij toe. Ze zei: ‘Ja, het is zo belangrijk om dit te erkennen. Het is voor mij 52 jaar geleden, maar als ik jou hoor, heb ik er nog steeds last van. Want het werd niet besproken, het werd niet geuit.’”
Marcel



TIMELINES

of
Job & Marjon

Job

Job is 35 years old and is currently employed as a teacher in digital literacy. He works in his spare time in the Sauna where he leads infusions every other Saturday.

He feels he has a bit too much serotonin, which makes him able to put things into perspective well, which results into different ways of processing (pregnancy) loss, according to him. This made him able to be there for Marjon during the harder times, but also made him doubt whether he is able to mourn.



Job and Marjon live together with their daughter Philou and have lost three souls.

They were already trying to get pregnant for a while when Job asked Marjon to marry him in 2018. Before getting married in 2018, they experienced their first pregnancy loss. Next, Philou was born. After the birth of Philou, 2 more pregnancy losses have followed.

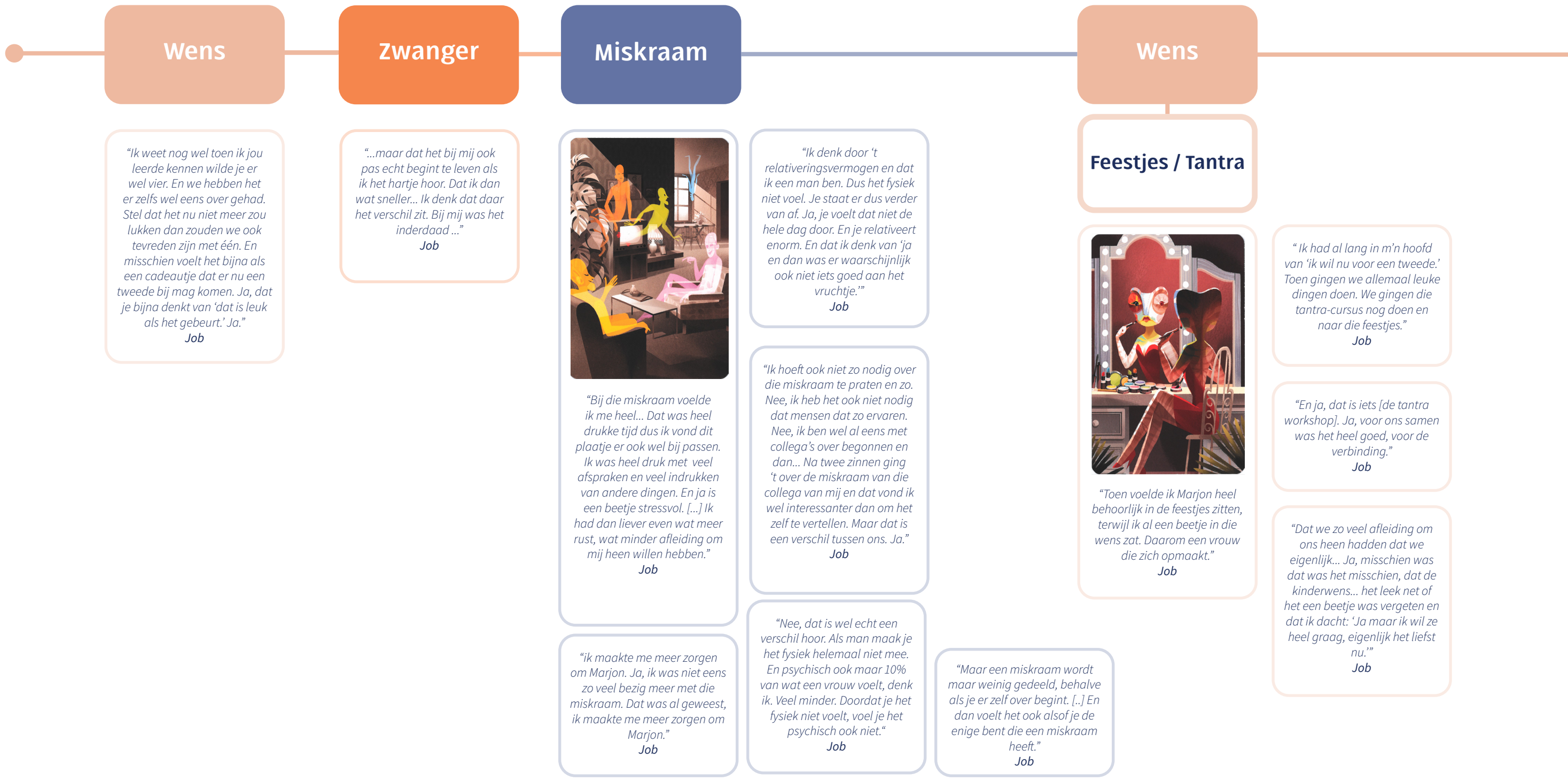
This timeline discusses and shows the latest pregnancy loss which happened on their holiday in Bali. The timeline will include the wish for a second child, the pregnancy, the loss and the aftermath. The timeline will end with the most recent and current pregnancy (at the time of the interview Marjon was 6 weeks pregnant).

Marjon

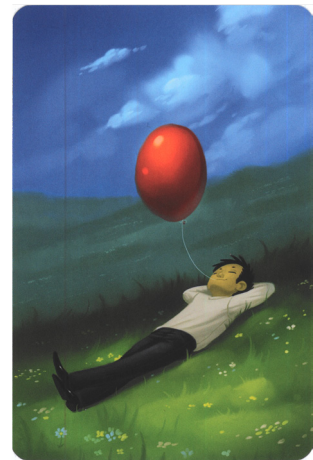
Marjon is 33 years old. She is currently working as a management assistant in the field of education and likes to do yoga in her spare time.

She uses her story, of losing 3 souls and having intense therapy after a traumatic experience in childbirth, to help others. Through her instagram Zwartemuisjes and by participating in interviews like this one she hopes to let others know that what they are feeling and experiencing is okay and that they are not alone. Additionally, through participating in *de moederraad* (the board of mothers) she wants to improve the way the healthcare staff treats women who need their services.

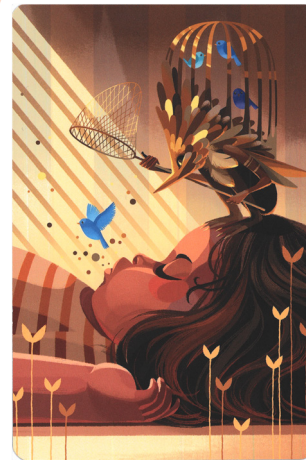
Job's timeline



Zwanger



"Hier had ik volledig vertrouwen weer. Want toen begonnen we weer [met het proberen voor een kindje] en ik had volledig vertrouwen."
Job



"Zwanger, natuurlijk helemaal vrolijk blij. Ik voel toch dat het een meisje weer wordt denk ik."
Job

"De zwangerschap voel jij meer, beter, en je leeft er ook meer in. Ik ben niet de hele dag bezig met zwangerschap"
Job

Nu



"Ik verlang ook wel weer een beetje naar dat stulpje, waar we samen in zitten in die zwangerschap. Ik kijk uit naar die eerste week, want dat vond ik heerlijk. Dat je echt helemaal 's nachts wakker bent om flesjes te maken en..."
Job

Tips

"Ja probeer veel te communiceren en zoek mensen op die het begrijpen of die naar je willen luisteren. Dat denk ik."
Job

Marjon's timeline

Wens

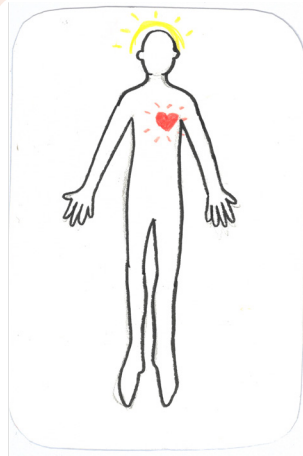


"Denkend van: 'Oké we gaan er weer voor. Gaan we er überhaupt voor? Durf ik het aan.' Ik vind het spannend. Nou ja ik heb de wens..."

Marjon

"Een soort gedachtenkronkels?"

"Ja, klopt, eigenlijk."
Marjon



"Gewoon een beetje van hoe.. hoe je het in je hoofd... Maar goed, de wens is er, in m'n hart, ook in m'n hoofd. Dat heb ik een beetje geel gemaakt. Een soort van halo eigenlijk. Van 'wat gebeurt er daarboven?' Maar het is positief. Dus daar gebeurt wat, in mijn hoofd, maar in mijn lijf voel ik dat het positief is."

Marjon

Zwanger

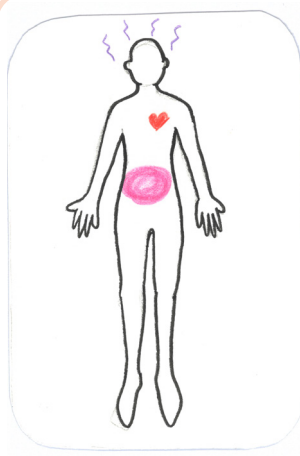


"Uh nou toen werd ik zwanger. Ik ben ik ben blij en wil je vast houden, maar ergens durf ik dat nog niet."

Marjon

Durf ik erop te vertrouwen dat het deze keer goed gaat? Vandaar dat deze kaart me heel erg aansprak. Iedereen wil je vast houden, maar t is wel spannend en het lukt net niet."

Marjon



"Ja, spannend. Vandaar al die dingetjes boven mijn hoofd. Oke het zit hem nog steeds in mijn hart en t zit ook in m'n buik. Maar in mijn hoofd was het drukker dan nu, als ik dat dan vergelijk. Ik had toen minder vertrouwen dan dat ik nu heb."

Marjon

"En wat aan dit plaatje resoneert daarmee met jou?"

"Dat die ballen niet op de handen zelf liggen zeg maar de afstand tussen de bal en het meisje. Dat is het meer."

Marjon

"Daar weet ik ook vrij weinig meer van. En dat is voor mij het besef dat ik eigenlijk met hele andere dingen bezig was. Waarschijnlijk omdat ik meer in m'n hoofd zat dan in m'n lijf. Omdat ik dat spannend vond."

Marjon
(over de periode van zwanger zijn)

"Voelen, dat probeer ik nu meer te doen. Af en toe een hand op m'n buik van weet je, het mag er zijn, het is oké. Dat, gewoon echt aanraken. En dat heb ik met name hier (wijzend naar de tantra kaart) geleerd."

Marjon

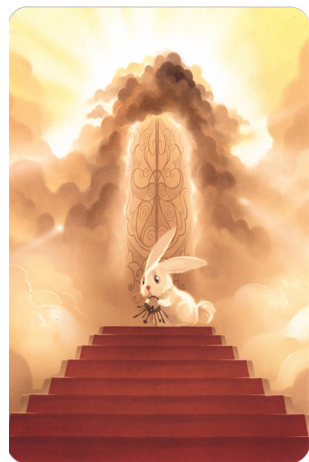
"Ik heb toen met Philou zelfs bepaalde tandpasta laten staan, omdat ik van fluoride dacht dat er een verhoogde kans was dat je minder vruchtbaar wordt. Nu denk ik: 'Koekoek, waar was ik mee bezig?'"

Marjon
(terugkijkend op vorige zwangerschap)

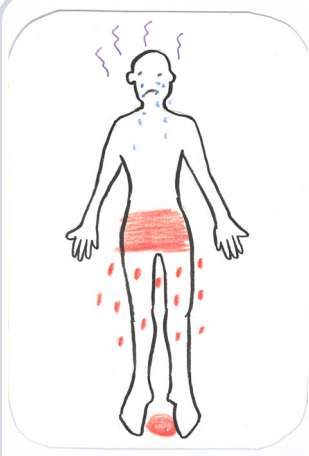
"Ja, die heb ik vaak met tranen met tuiten in de auto geluisterd"
Marjon

Welkom - Stef Bos

Miskraam



"En dit is een konijntje met de sleutels van de deur naar de donkere hoeken. Dus eigenlijk zou ik van 'ik wil daar [de depressie] niet weer heen. Ik wil me niet slechter voelen. Ga ik er weer door of ga ik er niet doorheen?'"
Marjon



"Ja. Tranen. Tranen van bloed Eigenlijk. In mijn hoofd kringels van: 'Pfff wat gebeurt daar allemaal? Ik wil niet weer depressief worden.' [...] Toen heb ik wel uiteindelijk m'n psychiater gebeld, waar ik nog steeds onder behandeling ben, maar eigenlijk spreek ik haar niet meer omdat het nu wel goed gaat."
Marjon

"Toen heb ik haar toen wel een bericht gestuurd [...] En zodoende ben ik toen via haar in gesprek geraakt met de psychiatrisch verpleegkundige, omdat zij toevallig maar twee keer IVF heeft gedaan (dus geen miskramen), maar wel bekend is met de wensen en gedachtes als: 'Maar wat als het niet Lukt?' Dus uiteindelijk ben ik met haar toen Door gegaan, terwijl ik het eigenlijk al had afgesloten. [...] 't was wel mooi, maar het was eigenlijk niet de bedoeling dat ik haar weer zou zien.'
Marjon

"Die kwam toen nog mee met 'we gaan je uren ophogen niet invoeren, want je bent nu ziek.' Dat hadden voor de zomer afgesproken, dus kan je dan niet na de zomer opeens niet meer doen. Dat laat ik niet gebeuren, maar daar was ik best wel een [...] beetje emotioneel van. Maar toen belde hij binnen 10 minuten terug en zei hij: 'Ja, dat had ik helemaal niet zo moeten zeggen, sorry.' Maar goed, er gebeurde dus weer van alles in m'n hoofd. Dat ik dacht: 'Zie je nou wel, wordt ik gelijk gestraft omdat ik open en eerlijk ben en vertel dat ik hulp zoek.'
Marjon

"Het heeft de hele vakantie ... zelfs nog toen ik thuiskwam geduurd, het bloeden. Want toen ging ik hier wandelen een kwartiertje. Toen kon ik alweer een schoon maandverbandje doen. Ja, die heeft echt heel lang geduurd. Ja, dat was wel heftig ja."
Marjon

"Ik ben eigenlijk altijd overal alleen naartoe geweest. Daarvan we nu ook hebben gezegd dat we dat niet meer willen. Ja, hoe independent woman ik ook ben... En hoe ik ook weet: 'Ze gaan toch alleen maar kijken of t leeg is zoals je misschien al weet.' En ook Job heeft uit zichzelf gezegd dat hij bij alle echo's wil zijn en alles. Dat gaat hij gewoon regelen op school. Het lastige is natuurlijk dat hij les geeft."
Marjon
(over afpraken met de verloskundige/echoscopist)

"Maar toen heb ik dus contact gezocht met deskundige praktijk, met twee trouwens. Maar van eentje kreeg ik geen reactie meer, op dus toen heb ik een andere moeten zoeken. Daarom hoef ik daar niet weer heen. Later zei ze dat ze ziek was geworden, maar ik denk: 'Ja, dan is er toch nog wel iemand anders die de mail kan beantwoorden?' Dat voelde echt heel vervelend."
Marjon
(bellen naar verloskundige vanaf Bali bij verliesgeboorte)



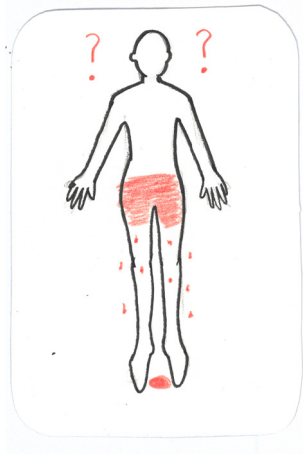
"Ik heb een kettinkje, daar ga ik dan vaak met mijn handen aan zitten [...] als ik me verdrietig voel."
Marjon
(over ketting gemaakt met moedermelk en maansteen)

"Dat doen ze dan hier in waardoor je dan een soort hangertje hebt."
Marjon
(over ketting met moedermelk)

Verloskundige



“Dit is een beetje samen voor [de ervaring met] sommige huisartsen. Een beetje van: ‘Hoe moet ik me voelen?’ Nou beertje huilt, beertje Lacht. Ik zoek hulp, maar ik weet niet hoe.”
Marjon



“Ik probeer te werken maar dat lukt me eigenlijk niet. Ik ben nog steeds aan het bloeden en ja ik heb eigenlijk één groot vraagteken in m'n hoofd van... Doe ik wel het juiste om door te gaan met werken of doe ik het juist om minder te gaan werken of... Pfft gewoon zoekende.”
Marjon

“Ik heb me wel iets afgezonderd geloof ik, in die periode. Van leuke dingen doen. Maar dat ik dat wel weer graag wilde, maar zoekende was. Ik wilde dat achter me laten, maar dat kon niet omdat dat bloeden zo lang duurde.”
Marjon

“Maar eigenlijk vind ik dat elke verloskundige moet vragen ‘hoe voel je je’ een week nadat je daar bent geweest voor de miskraam. Ik denk een kleine moeite, maarja.”
Marjon

“Dat je dan bijvoorbeeld de week erna wordt gebeld naar je van ‘goh hoe voel je je? Hoe is het gegaan? Mevrouw kan je nog iets voor je betekenen?’ Dat zijn zulke kleine dingen, maar het zorgt wel dat je je niet zo voelt van: ‘Oh, ik bekijk even of je leeg bent...’”
Marjon

“Het gaat er mij echt om dat je je gezien en gehoord voelt met de voorgeschiedenis die je hebt gehad.”
Marjon

“Nou eigenlijk bij alle miskramen trouwens. Daar wordt gekeken: ‘Oh je bent leeg. Nou he verdrietig. Geef me een hand. Sterkte.’ En dat is het.”
Marjon
(over hoe het gaat op de controles na het hebben van een miskraam)

“Ik wist ook niet of ik naar de verloskundige bellen, of naar de huisarts, omdat het al een paar weken was nadat ik daar was geweest op controle of alles eruit was”
Marjon
(toen het bloeden en de pijn na de miskraam erg lang duurde)

“...ik ben gewoon gaan wandelen, want ik wilde gewoon dingen doen. Maar ja, ik werd eigenlijk elke keer weer teruggefloten.”
Marjon
(over blijven bloeden)

“...van mensen waarvan ik hoopte iets yr horen, heb ik niks gehoord en van mensen waarvan ik het niet zou verwachten heb ik een kaartje gekregen of een bos bloemen. Ja, dus dat dat dus wel. Dat gebeurde nu wel en dat gebeurde de eerdere keren niet, dat er iets fysieks aan de deur kwam. Ik heb wel behoefte gehad dat mensen iets van zich lieten horen en dat deden ze niet.”
Marjon
(over steun in sociaal netwerk na het verliezen van de zwangerschap)

“Ik denk echt dat het onkunde is. En van anderen niet onkunde, maar eerder dat het hen te veel moeite is.”
Marjon
(over steun in sociaal netwerk na het verliezen van de zwangerschap)

“Mensen die een bos bloemen sturen, maar die verder niet echt appen... Het is lief zo’n bloemetje, maar ik vind het eigenlijk nog veel fijner als je even belt. Of een appje stuurt met: ‘Goh ik denk aan je’. Dat heb ik misschien wel gehad van andere mensen, maar van dat bevriende stel dacht ik: ‘Ja kom aan met zo’n grote bos bloemen.’ Het is heel lief hoor, op dat moment, maar later dacht ik van... Maar mensen vind het toch moeilijk om erover te hebben denk ik. Denk dat dat het is.”
Marjon
(over steun in sociaal netwerk na het verliezen van de zwangerschap)

“... Om de twee weken mogen we voor een echo komen als we dat zouden willen. Gewoon voor de geruststelling en om te kijken. [...] Nou, ik heb al drie keer in dat telefoongesprek van half uur gehuild, want dat heb ik zo gemist. Gewoon dat dat het er mag zijn en dat je daar verdrietig over mag zijn. Dat je je daar gehoord in mag voelen.”
Marjon
(over nieuwe verloskundige huidige zwangerschap)

Huisarts

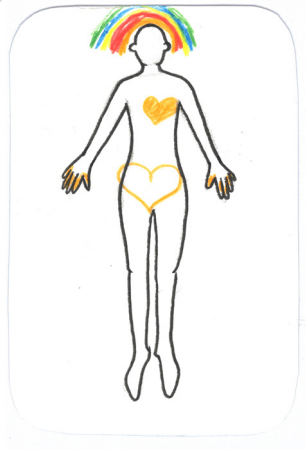
“Ik denk twee weken later zelfs, want zij zei dat het binnen twee weken moest ophouden met bloeden en dat was niet zo. Toen ben ik naar de huisarts gegaan met de vraag: ‘Is dit normaal? En ik heb zoveel pijn in m’n buik en ik kan niet fietsen en wandelen.. nou, veeg me maar op.’ Hij heeft toen ook gevoeld van binnen en zei: ‘Ja, sorry, maar dat komt helaas ook voor.’”
Marjon
(Na huisarts na 2 weken bloeden na afspraak verloskundige)

Tantra workshop



"Ja, ik vond die uh bloem met die sleutels erin heel erg mooi. [...] Niet per se de sleutel naar naar mijn ziel of naar t hart of zo, dat ook weer niet [...] Ik voelde me vrij. Het was ook speels. Dingen ontdekken van elkaar en van mezelf en anderszids."

Marjon



"Ik heb regenboog om m'n hoofd heen getekend. Een beetje de vrijheid blijheid eigenlijk. Ik voelde me vrij. Een hart hier, maar ook een hart in mijn, zoals zij dat dan noemen, tweede chakra."

Marjon



"Dat is een man denk ik die een grote zware schaal tilt. Ja, maar wel als iets mooi is. Je komt jezelf wel tegen. Je voelt wel een soort gewicht. Dat voelde ik denk ik met name in de eerste workshops waarin we ook echt verbinding met elkaar moesten zoeken. Later werd het steeds speelser. Ik voelde wel van: 'Oké, dat mag er ook zijn, maar het is ook eigenlijk wel iets moois.' Dat vuur, zeg maar. Zo zie ik dat dan, dat brandende vuur van dat betekent dat wat met me mee til. Ik heb wat bagage, maarhet mag er zijn en het is voor een goed doel dus dat wil ik wel tillen in mooi roze licht."

Marjon

"Dat het ook wel weer een onderdeel was van blijven genieten. Blijven praten, maar ook blijven genieten en leuke dingen blijven doen en de druk niet zo voelen ondanks dat je iets graag wilt."

Marjon

"Tantra is niet alleen seksueel, maar ook, verbinding maken met elkaar en communiceren; dingen delen of voelen, zonder dat je echt praat."

Ik was bezig met overleven, want ik had... Uiteindelijk heb ik tegen mijn werk gezegd dat halve dagen werken niet genoeg was. Toen heb ik een week niet gewerkt. Pas toen begon ik écht te herstellen. En toen dacht ik: 'Ja, dit had ik veel eerder moeten doen.' En toen ging het beter. Daarvoor was ik vooral bezig met overleven van: 'Oké, hoe ga ik dit een plekje geven?'"

Marjon

"Nou er was wel communicatie. En je praat er ook wel heel erg over. En ik kon me ook wel een beetje inleven. Maar ja, omdat ik vaak sneller zo iets verwerk... laat ik dan geen verdriet zien en misschien is dat... Eh ja, je bent niet samen... dan zit je niet samen in dat verdriet of zo."

Job

"Op vakantie heb ik het zo weggeduwd. Dat is een beetje mijn coping. Dat weet ik ook van Mezelf. Ik had toen ook tegen Job gezegd dat die klap nog ging komen. Nou, die kwam drieduizend keer in zijn volledigheid terug. Die kreeg ik zeker te verwerken en ik denk op een moment dat het net iets beter met mij ging.. Toen begon die periode van alle leuke dingen, waaronder tantra. Die eerste twee sessies toen heb jij beide keren heb jij een moment gehad dat je zo emotioneel was omdat je zag hoeveel verdriet ik eigenlijk had."

Marjon

"Van oké, het is m'n buik en wat daar ook heeft plaatsgevonden... Ik last later dat elk vruchtje iets achter laat in je buik. Dus het kindje dat dat nu weer aan het groeien is, krijgt krijgt van alle vier de kindjes hiervoor iets mee. Ja dat dat vind k gewoon zo bijzonder."

Marjon

"...dat was de eerste sessie Dat jij zei van 'nu voel ik het eigenlijk pas Hoeveel Verdriet jij hebt.' Dat was voor mij echt heel fijn. Weet je, je hebt zo het gevoel dat je iets alleen doet. Want Job gaat wel naar zijn werk.. en die.. weetjewel dat."

Marjon

"Ik heb in die tantra workshops ook bewust mijn hand op m'n buik gedaan, zo van, je mag er Zijn. Wat er ook is gebeurd, het is toch een huisje geweest van vier kindjes. Zo zeg ik dat wel in m'n hoofd."

Marjon

"Eerste keer dat ik ongesteld werd vroeg ze 'hoe is het?' [...] En toen zei ik: 'Ja, shit, ik ben ongesteld geworden.' Ik zei: 'Ondanks dat we er niet actief mee bezig zijn geweest, ja, blijft dat gewoon shit.' Hoe gek ook, maar dan had je misschien toch de hoop dat je tussendoor zwanger zou zijn geworden...[...] Dat kan ik dan wel gewoon zeggen. Dat is wel heel fijn."

Marjon

(Medeleven op werk)

"Bij de tweede tantra sessie liet ik mij helemaal gaan in de muziek. Gewoon met je ogen dicht. En je moest gewoon maar mee dansen op de muziek. Nou, daar ben ik normaal helemaal niet van. Ik wil gewoon lekker op het ritme, mry mijn ogen open en lekkeremuziek. Dit was een beetje zweverig. [...] En toen liet ik mij helemaal gaan en dat zag Job, van: 'Zo, ze is... Ze is even zichzelf. Niet die zwaarte of dingen die moeilijk zijn, of verdrietig of...' En toen was Job weer emotioneel, omdat hij zag hoe ik genoot van dat moment. Gewoon even 'zijn' eigenlijk, dat."

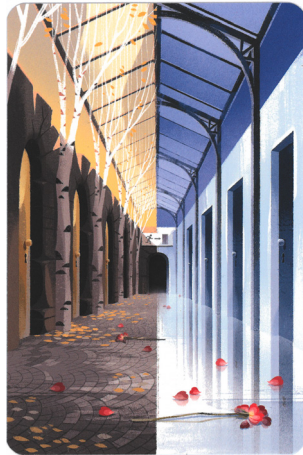
Marjon

"En toen ben ik die donderdag voor het eerst gaan werken. En alleen maar gepraat. En toen kwam voor mij pas de verwerking, want dan begin ik te praten en dan komt het los. Ook hoor je allerlei verhalen van mensen en krijg je mensen die met je meeleven."

Marjon

(over verwerking door praten met anderen na vakantie)

Zwanger



"We hebben die hele periode van alles wat er gebeurt is in de zomer achter de rug. We hebben de tantra workshop eindelijk afgerond, want dat was toch best wel intensief. Dus ik ben blij dat die woensdagavonden weer vrij zijn. De medicatie was op zich wel ingeregeld, dus welke waardes voor mij werken. Daarvoor zijn we toen bij de huisarts geweest en daar was het van: 'Oké en hoe nu verder? Wat betekent dat?' De huisarts zei: 'Nou wat mij betreft mag je los.' Zo heeft hij dat niet gezegd, maar in onze woorden wel [...] Dus het gevoel van: 'We sluiten het af, we nemen mooie dingen mee, we geven het allemaal een plekje en we gaan naar ja een andere fase, hopen we nu. Ja, en die is er zeker.'"

Marjon

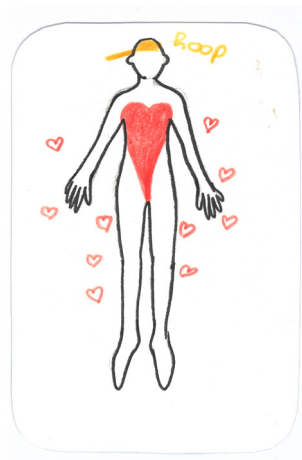


"Mij, zittend op een zeepaardje. Ik vind zeepaardjes echt een prachtige beesten. Daar bij Aqua Zoo in Leeuwarden waar zeepaardjes die kleintjes hebben gekregen, dat zijn echt miniscule... Dat vind ik echt magisch. Dus dat deze kaart voor mij kwam te liggen.... eigenlijk prachtig gewoon. Goh ja, laat mij maar mijn hele zwangerschap maar op een zeepaardje glinsteren en schitteren en... dat. "

Marjon

"Maar goed, uh, ik denk niet dat de volledige zwangerschap alleen maar rozegeur en maneschijn zal zijn, ik zal zeker mijn best doen om er dus zoveel mogelijk van te genieten en waar het kan relaxed te zijn. Dus daar staat dat wel voor, de kaart, dat ik boven op dat zeepaardje zit met sterretjes, vuur en glitters."

Marjon



"Dus één en al hartjes en liefde voor mezelf en voor het vruchtje dat aan t groeien is en dat er mag zijn. [...] Het is en hier, maar ook in m'n buik en ook natuurlijk hier onderin. Want ik moest ze natuurlijk in het puntje tekenen, anders krijg je er geen hartvorm in. Maar echt mijn hele torso, eigenlijk van mijn hart tot aan m'n chakra hart, daar beneden. Daar waar het groeit en het er mag zijn. Ik hoop dat ik dat heel lang vast kan houden, dat gevoel. Ja dus. Ja zo'n beetje."

Marjon

Nu

Tips

“Ja, als je de miskraam wil opvangen om dan een vergiet in de wc te doen, dat vang je het op.”
Marjon

“Het heeft mij wel geholpen om podcasts te luisteren over miskramen [...] Als je op spotify zoekt dan vind je van alles. Ik heb er wel een paar geluisterd”
Marjon

“Ja, wandelen is eigenlijk altijd hoe, hoe weinig zin je d'r ook in hebt, wandelen, in de natuur in gaan is echt het beste idee ever.”
Marjon

“Dat ik dan bewust een podcast opzet die gaat over miskramen. Inmiddels doe ik dat niet meer, maar dat heeft me zeker geholpen in het beantwoorden van bepaalde vragen zoals: ‘Hoe ervaren anderen dat dan. Hoe is dat dan weer om opnieuw zwanger te worden? Wanneer besluit je om weer...? Wanneer voel je dat het goed is om weer te gaan proberen?’ Ik heb het natuurlijk nu inmiddels een paar keer meegemaakt, maar de ervaringsverhalen van anderen vond ik heel erg prettig om te horen. Want ja, in je eigen omgeving waren er weinig.”
Marjon



TIMELINES
of
Marleen & Willem

Marleen

Marleen is 39 years old. She works as a freelancer in the cultural sector, mostly for theatres and museums. In her spare time she likes to jog or act, although she is not in an acting group at the moment.

Marleen suffers from endometriosis, a disease of the female reproductive system. The tissue that normally covers the inside of the uterus can also be found on the outside. This can cause pain and discomfort. This affects her relationship with her uterus, in combination with their IVF journey.



Willem

Willem is 46 years old and is an English and theatre teacher at two secondary schools. In his spare time he is active as an actor in the amateur theatre circuit. He loves to watch movies and is going to start course in Italian, since they often go on holiday to Italy.

Marleen and Willem are married. Together they have a son, Tijn (9).

Trying to get pregnant of Tijn didn't take long. So, when they were ready to try for a second child, about 2 years after Tijn was born, they did not expect it to be difficult.

After a year long of trying and not conceiving Marleen and Willem were allowed to start IVF (*In vitro fertilisation*) treatments. They went through many rounds before deciding to stop. Currently, they are in the process of coming to terms with not being able to have more children.

The timeline will show their process of wanting to have a second child to now. This will include the wish for a second child, the IVF trials, a pregnancy loss of 8 weeks, the last IVF treatment and the aftermath.

Marleen's timeline

Wens

Voor een tweede kind

“Ik heb altijd de wens gehad om meer dan één kind uh te willen.”
Marleen

“Uh ja eigenlijk in m'n hoofd had ik altijd wel twee. Ik kom zelf uit een gezin van drie en toen dacht ik altijd 'ah nee'. Ik vond het ook niet praktisch zelf en ik wilde ook nog de ruimte hebben maar echt dingen te doen en dat gaat helemaal niet met drie.

Dat was een soort van de gedachte. Wat dat was. Ik denk niet dat dat per se zo is, maar je hebt alleen zo een ideaal plaatje in je hoofd, denk ik.”
Marleen

Nieuw huis

IVF



“Uh nou een soort van de maakbaarheid van 't zwanger worden. Zo van gooi je maar die ingrediënten bij elkaar, dan komt er heus wel een kind. [...] Ik dacht, dit gaat gewoon lukken. [...] Die maakbaarheid van IVF en de medische wereld. Dit kan dit gewoon voor mij fixen.”
Marleen

“Toen heb ik het wel verteld en degene die mijn senior medewerker [...] die, als ik weg wil, eigenlijk de boel draaiende moet lopen houden. [...] Die heb ik er op de hoogte gehouden van 'joh, het kan zijn dat ik plots weg moet,' want je hebt ook heel vaak dat je bij IVF hebt dat je 'oké, je moet nu naar het ziekenhuis komen, want nu ben je op je vruchtbaarst en nu moet er een terugplaatsing zijn.' Dat hoorde je pas in die paar dagen, van 'morgen moet je er zijn om 2 uur.' Dat heb ik wel verteld op mijn werk, maar de miskraam heb ik niet verteld.”
Marleen

Hoop?



“Daarna komt een iets wat donkere periode waarin ik dat wat minder had. En het overheersende van de IVF. En het donkere en het overheersende van 'ik ben alleen op dat eiland' of 'wij staan alleen op dat eiland.' [...] Dat donkere overheerst zo ons leven op dat moment. Dat.”
Marleen

“Het was ook wel eens heel alleen hoor. We deden het wel samen, maar ja, ook echt wel, soms, heel alleen.”
Marleen

“Ik snap het wel, maar ik voel het anders.” [...] dus ik snap jouw plaatje ook.”
Willem

IVF

“Het spuiten van hormonen en dat 't om mijn lijf ging, vond ik verschrikkelijk.”
Marleen

“En het duurt lang, omdat je gewoon niet iedere maand kijk je daarna uit van 'oh zal dat? Zal 't gelukt zijn?' Iedere keer moest je... ik moest op gegeven moment hormonen spuiten om de ei-productie wat omhoog te krijgen. En dan heb je een afname van die eitjes en dan moet je een maand wachten want... ja, dan sta je letterlijk te wachten, eigenlijk, totdat er een keer in een bevruchting mag zijn en een terugplaatsing mag zijn. Je bent zo ontzettend daarmee bezig, eigenlijk alleen maar daarmee bezig.”
Marleen

Hoop?



“... dat de kleur er een beetje uitgehaald werd. Dat idee. Uit het leven.”
Marleen

“Ik heb er nog maar één, en als het dan niet lukt, dan is het klaar.”
Marleen

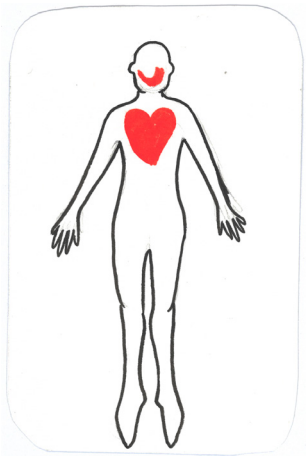
“Het is niet leuk. Dus je bent de hele tijd bezig de jeu eruit te halen, als ‘t ware. En ja.. de doelen. En het lukt de hele tijd niet.”
Willem

“Het wordt heel medisch zeg maar.”
Marleen

IVF

“Omdat ik na de miskraam dacht: ‘Er is nog een poging.’ En dus stiekem toch weer hoop. Dus eigenlijk is het IVF, hoop, IVF, hoop, IVF, hoop.”
Marleen

Zwanger



“Ja, gewoon onwijs blij, en mijn hart stroomde over van ‘yes, yes!’ Mijn hart was opeens tien keer zo groot.”
Marleen

“Nu ben ik zwanger en nu moet het lukken. En dat wil je dan gewoon intens graag, want je hebt er zoveel tijd en energie en effort voor gedaan.”
Marleen

“Na een week of 6 dacht ik al ‘hee, dat zit niet helemaal.’ [...] Misschien was ik er wel extreem onzeker over gewoon. En dat is eigenlijk wat ik mezelf probeerde wijs te maken [...] omdat ik er zo een aanloop naar heb gedaan, dat er daarom zoveel onzekerheid is. Van ‘oh, maar nu moet ik ‘m wel echt vasthouden.’”
Marleen

“Het zwanger zijn heb ik sowieso niet verteld. Want ja, dan ben je nog zo in ‘t [...] Dat vertel je dan na, wat is het?, 13/14 weken normaliter of zo. In die eerst onzekere fase vertel je dat dan helemaal niet. Dus daardoor wist niemand dat ik zwanger was. Maar in je hoofd zit je al met ‘en wanneer ga ik dan met verlof? En dan moet ik dat met dat afstemmen’ Dus zo zit je stiekem al wel.”
Marleen

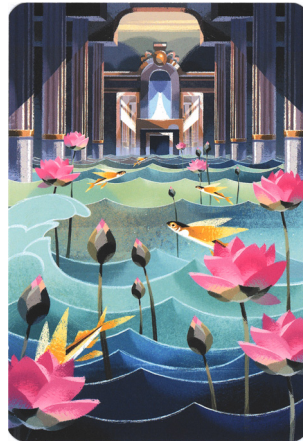
Dromen over namen?

“Uh dat zijn van die momenten dat je echt al samen [...] aan ‘t fantaseren bent van oké, maar hoe dat dan? En ,nou ja, dit klinkt heel stom, maar ik ben dus wel zo debiel die dan naar een Pinterest pagina gaat maken en uh ja dan de babykamertje al bijna af heeft.”
Marleen

“Zo snel ben ik niet. Gewoon wat naampjes bedenken en gezellig de werknaam verzinnen. Dat vonden we wel leuk.”
Willem

8 wk

Heel blij



“Het is een beetje dromen, fantaseren [...] een beetje licht, een beetje vrolijkheid. [...] En dan wel weer heel erg met elkaar, als die fantasie. Omdat, ja, hij enige met wie ik het erover had, want dit hield ik wel voor mezelf [...] besprak ik niet met anderen.”
Marleen

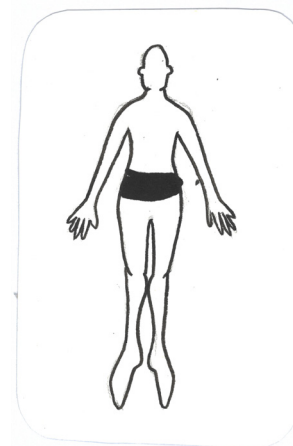


“Mijn droom/fantasie, gaat werkelijkheid worden.”
Marleen



“[...] dat is wat we net benoemden met op het dakterras dromen over [...] heel samen.”
Marleen

“Ons geheimpie.”
Willem



“In het begin [stond ik] wel [in contact met mijn lichaam], maar zoals ik al eerder zei, die onzekerheid was er wel. Dus misschien moet er tussen zwanger en miskraam een soort zwart onderbuik gevoel.”
Marleen

“Een zwart onderbuik gevoel van: ‘Er zit iets mis of zo.’ Dat gevoel had ik al eerder dan dat het daadwerkelijk mis ging. [...] Maar mijn gevoel is bevestigd. Niet dat ik daar zo blij mee was, maar mijn gevoel klopte dus wel, want het was niet goed, anders stoot je het niet af.”
Marleen

“Het was als een zware last in je buik [...] dat was wel veel aanwezig.”
Marleen

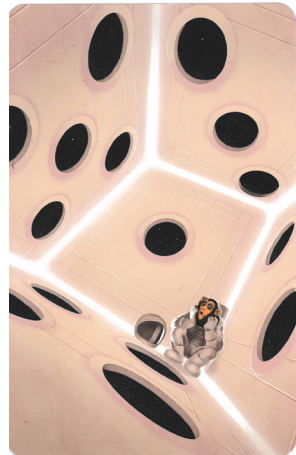
Eerste mensen dichtbij vertellen

“Maar in die acht weken hadden we het wel wat mensen verteld. [...] Mijn broer en Lisa bijvoorbeeld, die wisten het. Lisa is de vrouw van mijn broer. [...] Ja, mijn moeder weet het ook.”
Marleen

“Broer en Lisa hebben we wel gesproken, want die wisten ook dat we zwanger waren van en ki...”
Marleen

“Ja, die hebben we ook het meeste meegenomen in het hele IVF verhaal.”
Willem

Miskraam



"Alleen, helemaal alleen voelde ik me. [...] Als in, ik zit in een klein hoekje zielig te zijn. En er zijn wel raampjes naar buiten, maar er komt toch niemand binnen en ik ben toch alleen maar alleen. Ik voelde me heel alleen en heel zielig en klein."

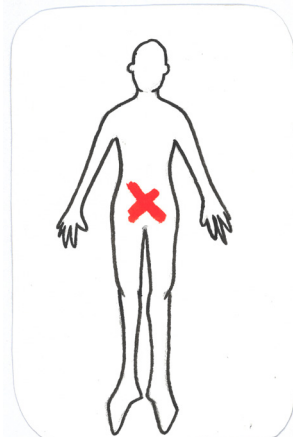
Marleen

"We zaten op een andere wereld."

Marleen

"En ik verweet het ook wel heel erg aan mijn lijf. [...] Dat heb jij nooit gezegd, dat heb ik echt mezelf wijsgemaakt."

Marleen



"Error, mijn lijf die doet het dus blijkbaar niet. Ik had daar letterlijk fysiek pijn natuurlijk, maar ook heel erg dat de schuld geven."

Marleen

"Waarom doet het dat? Waarom doet ie niet wat ie moet doen? Wat ik wil dat hij heel graag doet."

Marleen

"Hij heeft dat [het zelfverwijt richting eigen lichaam] altijd ontkracht [...], maar ik kon me wel voorstellen dat mensen dat zo konden vinden. Ik had het me goed kunnen voorstellen, als hij dat had gevonden. Maar ik had het ook verschrikkelijk gevonden als hij daarop had gezegd dat het zo was geweest. En dat maakte het alleen zijn misschien wel groter, omdat je dan denkt 'het ligt aan mijn lijf, en zie je wel dat het mislukt is en niet goed is.'"

Marleen

"Ik heb het heel hard doorgetrokken. [...] Maar ik weet wel dat ik het vruchtje heb verloren. Dat moment weet ik wel en ik kan het ook nog in de WC zien liggen. [...] Nu voelde het nog als baarmoederslijmvlies [...] ja, wat meer afstand nog, minder mensje."

Marleen

"Tussen zwanger en de miskraam heb je al wel heel erg 't wordt een kind.' Maar op dit moment denk ik niet 'ik heb een kind Verloren.' Ik heb een miskraam gehad. Dat is alles."

Marleen

"Het moment van de miskraam was jij bij vrienden, en die wisten het daardoor ook, natuurlijk. Ik was thuis."

Marleen

"Ik ging naar het toilet en toen zag ik 't is niet goed. En toen heb ik hem opgebeld, hij was bij vrienden thuis. En ik zeg, volgens mij moet je naar huis komen, want dit is niet helemaal goed. Toen heb ik gewoon nog een week liggen janken."

Marleen

"In dat weekend heb ik alles afgezegd. Volgens mij ben ik zelf die maandag en dinsdag niet naar buiten geweest."

Marleen

"Ik was wel echt even een beetje van de kaart, zeg maar. En niet eens fysiek, maar vooral mentaal. Ja, dat klinkt heel stom, maar 8 weken is nog niet zo veel, dus fysiek is er niet zo heel veel veranderd. [...] Ja, gewoon ongesteldheids klachten [...] Maar mentaal was ik gewoon echt even uit, ja even helemaal leeg."

Marleen

Laatste terugplaatsing IVF

"Je realiseert je, eigenlijk [...] het leven is helemaal niet maakbaar. En de plannen die je maakt, daarvan heb je geen idee. Dingen overkomen je."

Marleen

Intens verdriet Einde oefening



"Ja, dat is gewoon schijn ophouden. Niet voor mensen dichtbij, maar het leven ging wel gewoon door en dan... laten we gewoon doen."

Marleen

"Ik denk dat heel veel mensen niet echt doorhadden hoe verdrietig of hoe vervelend het was."

Marleen

"Ik denk dat niemand het echt begrijpt totdat je het echt een keer doormaakt. Dus we hebben wel mensen met zo'n zelfde soort traject of met miskraam wel gesproken. [...] Die snappen het gewoon net iets beter omdat die de hoop en de IVF en naar het ziekenhuis gaan en dat het zo je leven overheerst... Dat soort dingen. Die begrepen zij zo wel. Ik kan het niemand kwalijk nemen dat ze dat niet begrijpen."

Marleen

"Bij mij ging het vooral om wederzijds begrip hebben [...] iemand die begrijpt hoe dat is. Want als je er dus niet in hebt gezeten, dan weet je het niet. En het valt ook niet zo goed uit te leggen."

Marleen

"Eerst heel erg in huis cocoonen. Dat hebben we wel gedaan, denk ik. Dus heel erg naar binnen keren."

Marleen

"Dat deden we wel, maar ik weet nou niet 100% of dat geholpen heeft [...] het was gewoon even klote."

Willem

"Ja of het helpt... Je weet het niet. Je doet maar wat [...] en dat waar je je dan op dat moment het makkelijkst bij voelt."

Marleen

*Elkaar terugvinden,
samen verder!
3 jaar*

*Elkaar terugvinden,
samen verder!
3 jaar*

*Af en toe missen we nog
wel een tweede kindje, met
vlagen*

*Af en toe missen we nog
wel een tweede kindje, met
vlagen*

Nu



“Nou ik heb uiteindelijk benoemd dat we iets moesten doen, want [...] mijn plaatje zegt dat er heel veel strijd was en dat we een beetje elkaar aan het kwijtraken waren [...] [door niet te communiceren], maar ook wel ruzie, want je kon elkaar niet zo goed hebben. Dus dan ging je ruzie maken over andere dingen.”

Marleen

*“We hebben wel hetzelfde
doorgemaakt. Maar de
gevoelens die daarbij horen
[...] dat weet je dus niet
helemaal goed.”*

Marleen

“De emotionele connectie was foetsie. Dat vind ik het niet waard. Maar ik wist wel waar het vandaan kwam, namelijk drie jaar lang deze shit.”
Marleen

"Ik geloof niet dat we dat wisten."
Willem

“Ja en het helpt soms heel erg gewoon om een derde tegenover te hebben. Die stelt net even andere vragen waardoor je wel dingen hoort van de ander die je niet bij elkaar eruit krijgt, omdat je er zelf middenin zit. En daardoor is er meer begrip gekomen. Je hoort toch nieuwe dingen, terwijl je denkt ‘ik weet toch alles.’”

Marleen
(over relatietherapie)

“Hoe je opgevoed wordt en alle bagage die je van jongs af aan meekrijgt, die maakt dat je hier op een bepaalde manier ingaat. Dat is voor ons, denk ik, wel de reden geweest dat we misschien een beetje uit elkaar zijn gegaan.”

Marleen

“Ik praat met anderen, niet met hem. [...] .. want ja, ik denk: ‘jij weet alles al,’ dus er valt niet meer iets nieuws te zeggen. Dat is het dan vooral, want [...] alles is al gezegd of zo.”

Marleen

"Ik denk hij nog wel meer dan ik [het voelen van de lege kamer]. Maar ik denk dat samen dat doen, was voor mij wel heel waardevol."

Marleen
(over lege kamer huis bestemming geven)

“Ik heb geen emotionele waarde aan die kast [...] maar het bouwen van een bestemming geven aan die kamer dat was onwijs waar wat hij zegt. Alsof je letterlijk fysiek iets moest doen om het een plek te geven.”

Marleen
(over lege kamer huis bestemming geven)

"Ik had een plaatje in mijn hoofd van 'ik word moeder van 3 kinderen en het accepteren van 'oké, je krijgt dus een enig kind' en het dus niet geven van een broertje of zusje aan hem... Dit is soms nog wel eens gaande als ik Tijn met een ander kindje zie spelen of zijn zorgzaamheid zie bij neefjes of nichtjes."

Marleen

*“Af en toe het gemis hebben
van een kindje.”*
Marleen

*“Voor mij is het even zeggen...
lucht al heel erg op.”*
Marleen

“Hij heeft ook een jaar gehad dat ie er zelf erg mee worstelde [het enig kind zijn]. Dat doet gewoon pijn.”
Willem

“Langzaam werd hij wel de leeftijd waarop hij dit enigszins zou begrijpen, dus hebben we het ook uitgelegd.”
Marleen

(over hun zoon en enig kind
zijn)

*“En het zou mooi zijn als die
taboe gewoon een beetje
minder werd in de wereld. [...]
Zodra ik erover begon met
vriendinnen, dan hoor je dat
er meer voorbeelden waren.
En dat hoor je dus als je zelf
begint. En als ik het dus niet
had meegemaakt, had ik het
dus niet gehoord. Ja, waarom
er zo krampachtig over doen?”*

Marleen

Vijf jaar na de miskraam hebben we het.. “niet heel concreet over de miskraam. Wel over het missen van een kindje. Dat wel. Dus daar zit wel een verschil.”

Marleen

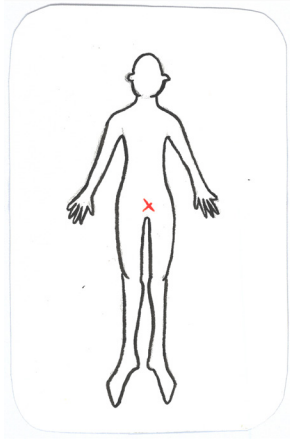
“Je wilt het niet de overhand laten zijn. Je wilt op dat moment blij zijn voor de mensen die heel blij vertellen dat er een kindje komt.”

Marleen

“Want zij vinden het ook moeilijk [...]. Het is hartstikke moeilijk om dat aan ons te vertellen. [...] Die drempel wil je ook niet zo hoog hebben.”

Willem

(over geboortes in de omgeving)



“Ik heb er nog steeds wel eens van. Haal die baarmoeder er maar uit. Ik heb er niets mee. Ik heb daar dus niet een hele warme band mee. Die endometriose is niet weg, dus de klachten die daarbij horen, die zijn er nog steeds iedere maand [...] Ik heb er geen warme band met mijn baarmoeder en eierstokken aan overgehouden.”

Marleen

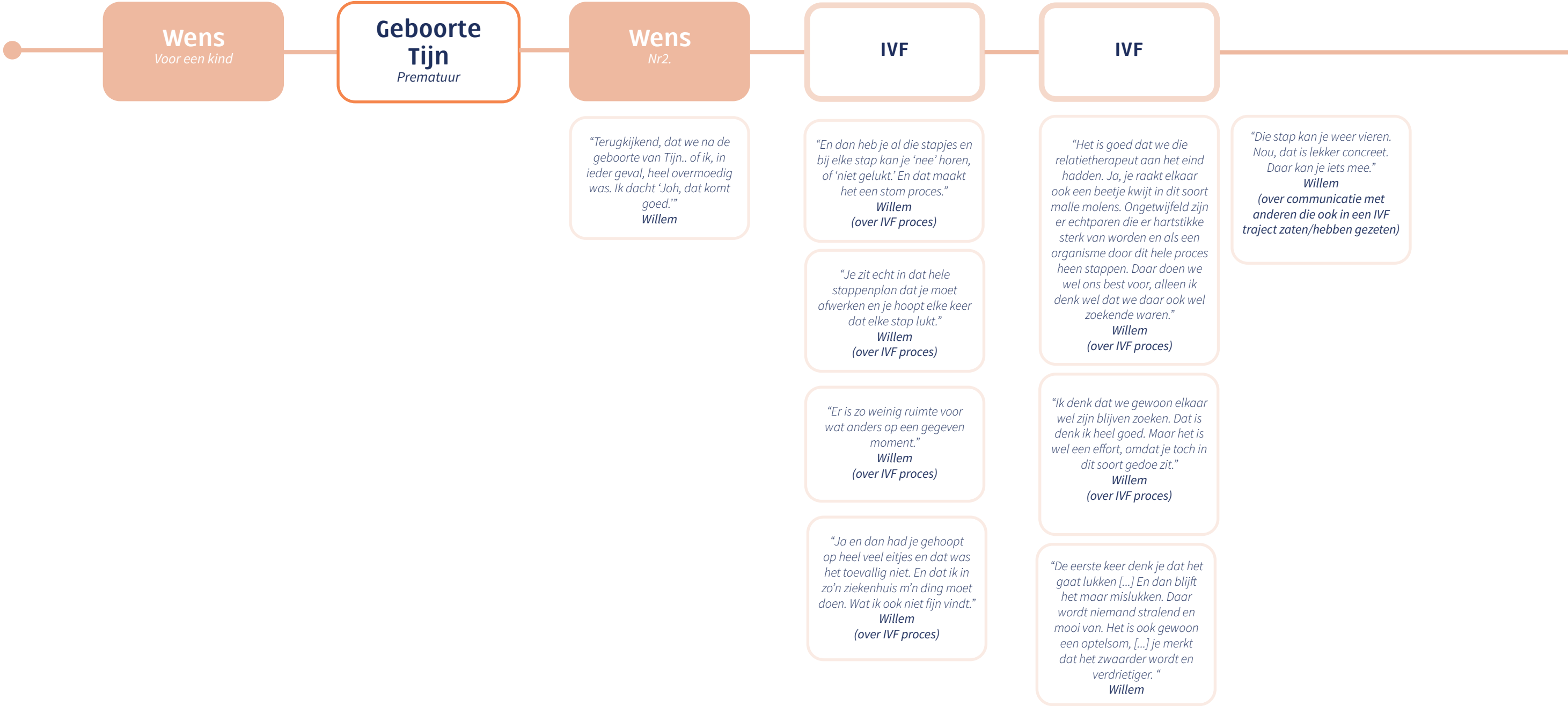
“Vruchtbaar ben ik toch niet, dus haal het er maar uit. [...] Het is niet mijn vrouwelijkheid of zo. [...] Vroeger dacht ik, ik wil daar kinderen mee. [...] ...nu doet hij mij meer pijn dan dat ik er plezier van heb [...] en je kunt prima leven zonder.”

Marleen

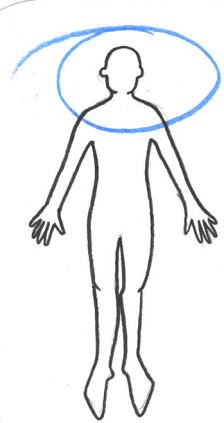
Tips

“Praat erover.”
Marleen

Willem's timeline



Zwanger



"Alles speelt zich af bij mij in mijn hoofd. Het hele proces. En dat blijft maar gaan en rennen. [...] Ik ben hartstikke een gevoelsmens, maar het wordt aangezwengeld door dat. [...] Malen, alles."

Willem

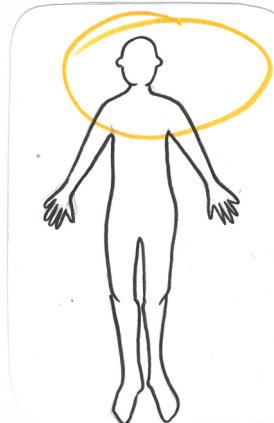
"Je focus wordt steeds groter op één ding. Dus ja, dan verdwijnt de rest [...] de jeu."

Willem

Hielp het dan ook om iets te doen ipv te denken?

"nee, nee dat bleef gaan."

Willem



"Het was gewoon even dat ik heel blij was met mijn hele hebben en houwen.[...] Ik denk dat ik sowieso ontzettend nadenk over van alles en nog wat, als standaard [...] dit beleef je dan ook op die manier."

Willem

"Dat je dan boven op het dakterras toch stiekem over werknamen zit na te denken. En dat bleek voor de kat zijn viool."

Willem

"Ik weet niet zo goed of de zwangerschap lang of kort is, maar het voelde als kort aan."

Willem

"Het was ook kort, 8 weken."

Marleen

Miskraam

"Toen was het alweer klaar. Het voelde ook nog niet goed, zei je, ergens."

Willem

"Dat was even heel erg zuur. Je hoopt en je had hoop. Die hoop heb ik als eerste, eerlijk gezegd, als beste herinnert: De hoop die we hadden. Dat was na die 8 weken wel voorgoed klaar."

Willem

"Ja, ik weet niet zo goed mijn gevoel daar te omschrijven. [...] Dat dakterras staat me glashelder bij, wat we doen en alles, maar de week daarna... ik gok een stoort van uit."

Willem

"Nou gewoon heel verdrietig. Je hoop dat het lukt en je maakt plannen, maar er komt geen kloot van terecht."

Willem

"Daar vonden we elkaar zeker even niet."

Willem

"Ik heb niemand gebeld."

Willem

"Ik weet niet zo goed wat we na de miskraam.... Ja we zijn ongetwijfeld heel boos geweest en verdrietig."

Willem

"Ik ook niet. Ik deel sowieso weinig met mijn werk qua privé. Alleen het IVF einde, die wel. Maar ja, ik zat net twee weken ergens. Maar voor de rest heb ik het er met niemand erover gehad. [...] Na, ik vind het vooral moeilijk om het op je gloednieuwe werk over dat soort zware dingen te hebben, terwijl je nog geen eens namen kent. Ik denk 'de groetjes' en ik heb dat een beetje in mezelf opgelost."

Willem

"Als het er echt toe doet, dan vertel ik liever niets. En ook mijn werk en privé hou ik heel graag gescheiden. Afen toe kan dat niet."

Willem

Laatste IVF



"Dat je dat toch niet schakelt in al die jaren. [...] Daarom heb ik die twee flessen genomen. We proberen het wel, maar we kwamen er niet, soms. [...] Je dealt met een andere manier onder stress en je bereikt elkaar niet. En dan sta je toch alleen."

Willem

"Allebei in je eigen wereldje"

Marleen

"Ja, en je probeert wel te connecten, maar dat lukt even niet."

Willem

"Je weet dat je allebei door hetzelfde gaat"

Marleen

"Je hebt dezelfde wens.[...] Je schrijft even niet dezelfde taal."

Willem

Gestopt met IVF

“Toen de laatste poging klaar was, toen zijn we stante pede op de fiets gestapt. [...] Toen was het proces klaar. [...] En toen heb ik gebeld naar mijn werk, dat het even niet ging lukken. En toen hebben we heel snel een B&B in de buurt van Zoetermeer geboekt. [...] Met Tijn achterop bij mij.”
Willem

“We hebben wel het hele IVF met hem doorgenomen en gezegd ‘Joh, we wilden wel heel graag [...] een broertje of zusje...’ Maar dat het niet zo heeft mogen zijn.”
Willem
(over communicatie met zoon over IVF)

“Ik weet niet of ik bij iemand echt de boodschap heb weten over te krijgen, maar dat kan ook aan mij liggen. Zeker als ik uit sta, zal dat niet ...”
Willem
(over communicatie met anderen)

“Is dat dan ook iets dat je zoekt? In de periode tijdens en daarna; een bepaalde vorm van houvast?”

“Ja, ik wel.”
Willem
(over zoeken naar houvast tijdens en na IVF)

**Gesprekken
relatietherapeut**
Landen, weer naar elkaar

“We hebben een hele verfrissende relatietherapeut gehad. Hij zei gewoon ‘ja, jullie hebben een rouwproces gehad en dat moet je accepteren. Jullie hebben een gemis en jullie zitten nu in een rouwproces. En dat is het. [...] Dat was een pak van mijn hart. [...] We zijn dus niet gek.”
Willem

“Ik dacht daarvoor, we groeien gewoon uit elkaar, relatie-technisch, maar ik had niet meegenomen dat we echt een rouwproces aan het hebben waren. [...] Want er was niet officieel iemand geboren of overleden.”
Willem

“Ik moest accepteren dat het ‘m niet ging worden.”
Willem

“... want, ik praat niet met anderen.”
Willem

“Ik ben langzamer daarin [zeggen wat dwars is]. Alles moet zestien keer herkauwd worden en dan zal ik het wel zeggen, maar dan moet het ook kloppen.”
Willem

“Maar met dat gevoelsdingen [...] ik heb het idee dat we elkaar daarin gevonden hebben, dat dat werkt. [Mede door relatie therapie] en de tand des tijds.”
Willem

Bouwen kast
In kamer



“In de kamer waar we dus een kind zouden krijgen, hebben we eigenhandig echt niet de mooiste kast [...] We hebben daar echt weken aan gebouwd om een enorme klerenkast erin te zetten en een functie aan die kamer te geven, buiten dat die kamer constant on hold stond. Het wordt ook echt een effort voor Marleen om mij te overtuigen dat die kast ook weg gaat, want naar mijn mening gaat ie nooit meer weg.”
Willem

“Hij is niet mooi, maar dat hebben we samen gedaan. We hebben samen weekenden aan dat ding gezeten.”
Willem

“Er is nooit iets afgesloten, maar het hielp me wel heel erg, dat ik denk ‘oké, we hebben iets, iets voor die kamer.’”
Willem

“Fysiek iets doen. Je ziet het groeien en gaan.”
Willem
(over bouwen kast)

Nu



“Tijn kwam weer op één. Hij stond niet op twee bij mij, maar hij stond ook niet op één.”
Willem

“Het missen van ... ja. Af en toe, als er toch weer wat geboren is... dan denk je toch. Ik ben toch vaak van te voren op de hoogte, voordat ik een surprise krijg. [...] Maar soms heb ik er meer last van dan andere momenten. Ik vind het erg stom om er meer last van te hebben dan het leuk te vinden voor anderen.”
Willem

“Het gemis van een kind, dat heb ik ook, op momenten.”
Willem

“Ik had op mijn oude werk [...] dat er 3 announcements gemaakt werden van ‘ja, we zijn zwanger!’ Nou toen dacht ik echt van ‘oke’ [...] En 2 announcements waren aan 1 maaltijd. [...] Toen was de koek op bij mij. Toen lukte het me niet goed om het erover te hebben, maar [...] nu [...] wel.”
Willem

“Dat gevoel dat we op een gegeven moment moesten stoppen. Ik heb t gevoel dat na een jaar toch weer op dat moment in het jaar terugkomt. Daar heeft Marleen niet zo veel mee. Uh, maar ja, ik merk wel dat dat minder wordt, dat gevoel rond dat moment van het jaar.”
Willem

Tips

“Blijf elkaar zoeken”
Willem



TIMELINES

of
Bram & Iris

Bram

Bram is 37 years old. He works in the technical branch. His interest are machines and robots. Before he had children his hobby was mountain biking, however since they have children he stopped.

The method of creating a timeline as a prompting board was not the preferred method for Bram. He preferred to mostly talk and respond to what was talked about. His timeline reflects this.



Iris

Iris is 34 years old. She works in the plant cultivation of lettuce. She likes to attend bootcamp sessions, but her most prevalent hobby are her children.

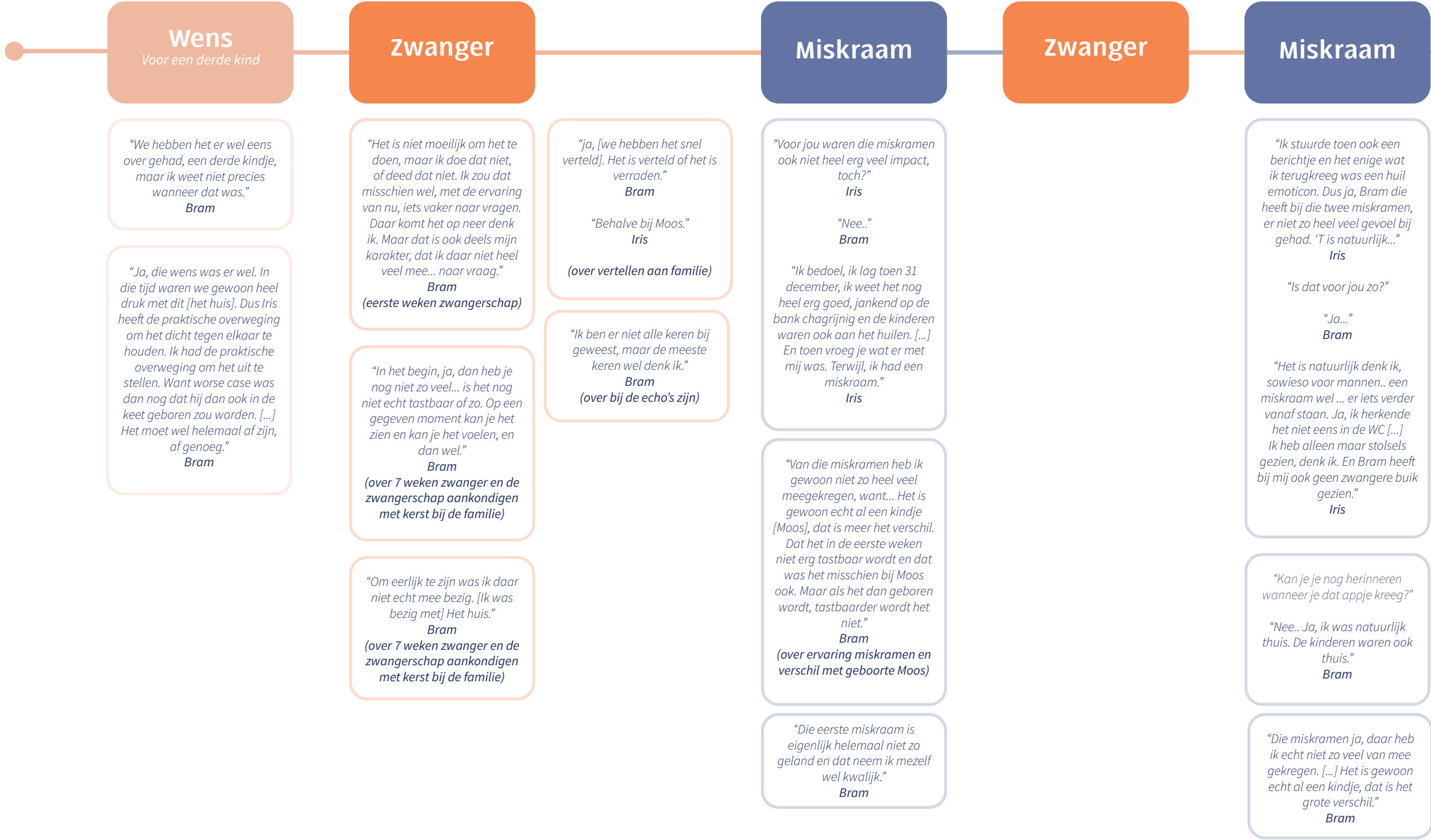
Bram and Iris met on Tinder about 8 years ago and currently have 2 children together, Duke and Otis.

After Duke and Otis follow 2 pregnancy losses (of 9 weeks and 6 weeks) and the birth of Moos. Moos is stillborn at 20 weeks.

The timeline will reflect the moments and happenings starting from the wish for a third child, covering the 2 pregnancy losses and the birth of Moos till now. The 2 pregnancy losses were the focus of the interview and are therefore covered more in the timeline.

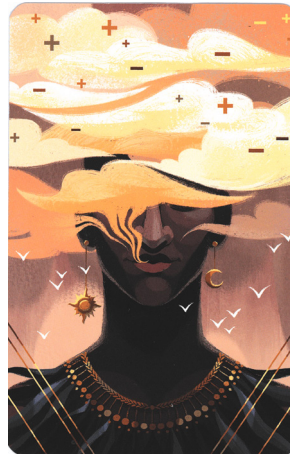
The two pregnancy losses took place while they were still living in a temporary home in the backyard of their soon to be dream home built by Bram himself.

Bram's timeline



Huis oplevering

Nu



"Dilemma's. [...] Ja, ik had er geen zicht op. Je weet niet of je er goed aan doet. [...] Je zou het liefst een rationeel besluit maken, maar dat kan niet... ook als er geen reden is, is het gewoon mis gegaan. Het is een grote gok."

Bram
(na moos, over nog een keer proberen)

"Ja voor de keuze om nog een keer.. om het nog een keer te proberen. De plus en min afwegingen."

Bram
(na moos)

"De buurvrouw is rond dezelfde tijd uitgerekend. En dan denk je soms 'o die zouden eigenlijk heel dicht bij elkaar zitten als het goed was gegaan.' Door dat soort dingen komt het ook weer boven. Het voelt wel goed om erover te praten, dat wel."

Bram

"Als ik erover praat, dan kan ik het niet droog houden."

Bram

"Ik ben pas bij een vriend van mij geweest die ik meerdere jaren niet had gezien. Die wist het ook.. die vroeg er ook naar. Dan heb je het er toch over."

Bram

"Als je het erover hebt dan zijn er toch wel meer mensen die iets vergelijkbaars mee hebben gemaakt."

Bram

"Het is wel leuk voor een derde of voor een uitbreiding [...] Nee, maar ik zou dat niet, zoals het nu is.. daar zou ik niet mee zitten." "Dat wat er allemaal gebeurd is, is niet leuk, is gewoon kut. Dat is allemaal naar. Moos zeg maar. Apprecieer wat je hebt."

Bram

"We zijn niet heel goed in erover praten. Of tenminste, ik niet. Maar dat geldt niet alleen hiervoor."

Bram

"Ik had er meer voor Iris willen zijn dan dat ik toen had gedaan."

Bram
(terugkijkend op sessie met betrekking op eerste miskraam)

"Ik ben de eerste twee weken ook thuis gebleven. [...] Ik kon me even niet concentreren. Maar als Iris er niet was, dan had ik de muziek keihard aanstaan. Het liefst had ik een heel bos omgezaagd."

Bram
(geboorte van Moos)

Birdy - Let it all go

"Ik moest eerst Iris helpen. Toen voelde ik eigenlijk nog.. niets. Niets is ook een groot woord, maar eh.. het is meer dat het niet eh.. landt."

Bram

Iris's timeline

Wens

Voor een derde kind

"Voor mij al wel heel snel na Otis. Dus 2021. Voor mij leek het echt ideaal als alle 3 de kinderen snel op elkaar kwamen. En dat ze allemaal lekker gezellig met elkaar kunnen spelen. En ik snel weer een beetje aan mezelf kan werken."

Iris

"Ik had zelfs de hoop dat het een tweeling zou zijn. Bij Moos was het ook al een tweeling, maar eentje is nogal heel vroeg... Ik dacht, dat is mijn enige kans op vier kinderen. Maar goed, dat is nog niet gebeurd. Misschien ook maar beter ook dat we geen vier kinderen krijgen."

Iris

"Maar Bram, jij hebt ook wel eens gezegd, nadat Moos was geboren, dat je het ook als het bij twee kinderen blijft, dat het ook oke is."

Iris

"Ja, maar ik vind het wel leuk om een derde.. een uitbreiding. Maar zoals het nu is, is voor mij ook.. daar zou ik niet mee zitten."

Bram

"Sinds dat ik dus ben gevaccineerd, klaar ben, afgestudeerd ben en in een huis woon gaat het dus mis. [...] Bij Duke en Otis was ik meteen, meteen zwanger. Of misschien na 1x. En nadat die 3 dingen zijn gebeurd heb ik 2 miskramen, Moos is dood geboren en nu word ik ook niet meer zwanger. Ja, het is de eerste keer dat we het proberen sinds Moos is geboren. Dus ik vraag me af of het allemaal wel klopt."

Iris

"Ik denk dat ik zwanger was voor de wens van Bram."

Iris

Zwanger



"Euforie. [...] Met z'n allen. Dat ik weer trots was dat ik weer zwanger was. Ja."

Iris

"Het is wel een beetje een donkere kaart. Het zou eerder licht moeten zijn."

Iris

"Kan je je nog het moment dat je zwanger was herinneren?"

"Nee, nee, niet meer."

Iris

Nieuws verteld

Kan je je nog het moment dat je zwanger was herinneren?

"Nee, nee niet meer. Ik kan me wel herinneren dat ik het heb verteld met kerst. Dat was bij hun thuis."

Iris

"Of ja, verteld... Dan komt de vraag van 'Iris wijntje?' [...] En mijn schoonzusje had het al meteen in de gaten eigenlijk. Dus, ja, toen heb ik het maar meteen verteld."

Iris

"Het is wel gek... alle twee de keren had ik wel het gevoel dat het niet goed was, maar ik kan me ook niet meer echt herinneren of dat ik het gevoel had dat het wel goed was bij de andere twee."

Iris

(over gevoel zwanger)

"Stel ik zou nu weer zwanger worden... want ik heb nu natuurlijk al 3x gedacht dat ik zwanger was.. en dan probeer ik te voelen van 'oh voelt het goed, of voelt het niet goed' terwijl ik helemaal niet zwanger was."

Iris

(over gevoel zwanger)

"Hadden jullie het daar ook samen over?"

"Nee. [...] Het kwam niet ter sprake. [...] Bram is niet zo'n beste prater en ik heb wel iemand nodig die het uit me trekt."

Iris

(over communicatie gevoel zwanger)

op de bank

"Ik weet nog heel goed dat ik bloedverlies had, en ik belde naar de verloskundige en.. 'Jaja, kan gebeuren, bel maar als het stopt.' Ja, het stopte natuurlijk niet. Er kwamen ook allemaal stolsels mee."

Iris

"Ik weet nog dat ik met de kinderen in het speeltuintje liep en toen belde de verloskundige om te vragen hoe het ging. En het was natuurlijk nog steeds niet goed. [...] Toen vroeg ze 'Wat wil je?' Ik wilde gewoon écht weten wat nu aan de hand was. En toen ben ik 's middags nog langs gekomen en ja, toen was het gewoon niet goed."

Iris

"Ja, het was gewoon één rommeltje."

Iris
(over echo)



"Voor mijn gevoel begreep Bram mij totaal niet. En dat zie ik wel een beetje op die kaart."

Iris

"Ik lag toen 31 december, ik weet het nog goed, jankend op de bank chagrijnig. En de kinderen waren ook aan het huilen. En jij lag nog op bed. [...] En toen kwam jij in de woonkamer. En toen vroeg je wat er met mij was. Is er iets? Terwijl, ik had een miskraam."

Iris

"Ja, want ik dacht echt 'Ja, Bram snapt er echt geen ene bal van'"

Iris
(over moment op de bank)

Miskraam



"Zwaarmoedig. Dat je alles op je schouders draagt. [...] Ja, ik wist eigenlijk allang dat het niet goed was."

Iris

"Ik denk dat ik toen heel erg begaan was met Lays en Tony Choclonely ... [...] Ja, nee, toen heb ik echt heel erg mijn problemen weg zitten eten."

Iris

Controle verloskundige

"Ik vond het vooral heel fijn dat het schoon was. En ze kon toen al zien dat ik alweer eicellen in mijn eierstokken had zitten of zo. Dus ik was eigenlijk al gelijk weer bezig met zwanger worden."

Iris

"Ik dacht als we nu daar zitten, dan moeten we dan en dan seks hebben ,want dan.. [...] . Ja, [ik heb een schema of tijdsplan] Maar dat heb ik eigenlijk altijd, want ik hou er niet van als ik ergens geen invloed op heb of als ik iets niet kan controleren. [...] Ik wil gewoon weten wat er gebeurt."

Iris

[Het was gewoon gebeurd] "... en we gaan door."

Iris

Zwanger

"Ja, toen was ik eigenlijk, achteraf, meteen weer zwanger. Ik had echt 6 weken daarna weer een positieve zwangerschapstest."

Iris

"De eerste keer was een beetje een vaag bandje [...] Maar ik heb er toen nog één gedaan, omdat ik wel dus een bloeding tussendoor heb gehad."

En daarna zo'n positieve zwangerschapstest. En toen dacht ik, ik wil het wel zeker weten, dus ik heb er nog één gedaan. En ik denk dat ik toen misschien nog wel nog één gedaan heb. Want ja, met die miskraam, dacht ik 'ben ik nou nog steeds zwanger, of niet?'"

Iris

"Ik denk dat als ik nu zwanger zou worden, ik ook elke dag een zwangerschapstest zou doen."

Iris

"Ik denk toch dat het een soort houvast zou geven [veel zwangerschapstesten doen]. Maar ik weet ook wel ergens in mijn achterhoofd dat het valse hoop zou kunnen zijn. Maar toch, beter valse hoop dan geen hoop."

Iris

Spanje

“Daar ben ik toen heen
gegaan, naar mijn baas. En die
had ik van te voren al verteld
van ‘ja, ik ben zwanger.’ En
toen zei hij ‘oke, mooi, dan kan
de auto op jouw naam.’ “
Iris

“Toen heb ik toch die eerste
avond al gelijk een bloeding
gekregen. En toen heb ik aan
de bar wijn besteld.”
Iris

Miskraam



“Die zwangerschap heb ik zo
kort beleefd. Dat is voor mij
niet echt een heel erg groot
geweest, meer een moment
van teleurstelling.”
Iris

“Ik wist natuurlijk wel dat ik
zwanger was, maar ik had
er nog niet echt een hele
belevens bij en geen fantasie.
Maar alsnog als het dan weer
mis gaat, ben je wel en beetje...
sip.”
Iris

“Toen heb ik toch die eerste
avond al gelijk een bloeding
gekregen. En toen heb ik aan
de bar wijn besteld.”
Iris

“Ja, ik stuurde toen ook een
berichtje naar Bram en het
enige wat ik terugkreeg was
een huil-emoticon.”
Iris

“Het is natuurlijk denk ik
sowieso voor mannen... een
miskraam.. dat ze er wat
verder vanaf staan. Ja.. ik
herkende het niet eens in de
WC.”
Iris

“Van die tweede heb ik er
eigenlijk weinig psychisch
onder geleden [...] Want ja,
ik wist maar zo kort eigenlijk
maar dat ik zwanger was. [...] Nee, ik wist het eigenlijk een
dag of 3/4”
Iris

Controle
verloskundige

Huis



“Ja, dat was wel een soort van
lichtpuntje. Je wil niet weten
hoe het was die laatste 3
maanden in de Keet. Schimmel
en muizen en ratten [...] Ik was
echt heel erg blij toen we in het
huis konden.”
Iris

Zwanger

“Ja, ik heb zoveel testen
gedaan en ik ben zo vaak
zwanger geweest. [...] Voor
mij was het sowieso minder
euforisch, omdat ik ook die
andere 2 ervaringen heb
gehad. [...] Ik had misschien
wel eerder het idee van
‘wanneer gaat het weer mis?’”
Iris

“Bij elke keer naar de WC kijk je
toch of het roze is of rood of...
gewoon wit.”
Iris

2e echo

Stilte verloskundige

"Toen maakte ze een echo en was ze heel lang aan het kijken zonder dat ze iets zei. Toen dacht ik 'waarom zegt ze niets?' Maar het was goed."
Iris

"Ja, dat was wel spannend [de tweede echo]... dat ze even niet zeker wist of het goed was. [...] Bij Moos was elke echo wel meer beladen dan voorheen."
Bram



"Dat is een beetje bij de 13 weken echo. Dan ben ik toch wel heel blij."
Iris

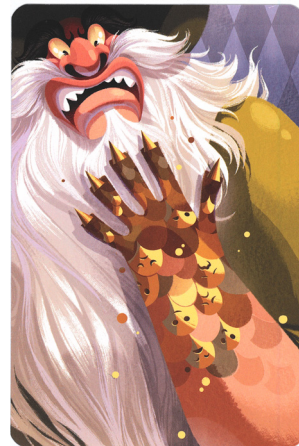
"Het is een fantasie kaart, dus dan mag je weer gaan fantaseren. En mooie kleuren, vrolijke kleuren. Het lijkt een vrolijke gebeurtenis."
Iris



"Het was echt prachtig! Zelfs die echoscopiste was helemaal van 'aah wat mooi!' [...] Moet je kijken, hij lacht gewoon."
Iris
(over 13 weken echo)

"Ik heb er een aantal gezien, en dat was echt heel mooi."
Bram
(over echo)

Moos geboren



"Dat grijpt je gewoon naar de keel, letterlijk.. wat die kaart zegt."
Iris

"Ik heb wel vaak 's ochtends een rondje gelopen. Dan ging ik gewoon wandelen, altijd hetzelfde rondje."
Iris

"Ik heb toen ook contact gehad met een vriendin van een vriendin die met 26 weken een kindje is verloren. Daar heb ik heel veel tips van gekregen en internet sites waar je heel veel informatie kan vinden."
Iris



"Ja ik voelde me echt heel zwaar. Daar voelde ik ook echt heel erg dat ik had gefaald."
Iris

"Ja, die wilde iets bij mij doen, EMDR. [...] Als je ergens mee zit en iemand stelt dat voor [...] Het voelde echt alsof ik 30 kilo lichter was."
Iris
(bij de maatschappelijk werker)

"Ik was gewoon psychisch niet in staat om te werken. [...] Ik was echt een hormonale bom. Ja, ik was echt heel veel aan het huilen."
Iris



"Die eerste is meer van het gevoel van dat ik Moos niet los wilde laten. Dat ik moest accepteren dat ze er niet meer is."
Iris

"Aan de ene kant wilde ik dat ze zo snel mogelijk geboren werd. Aan de andere kant niet, want dan was ik echt niet meer zwanger. Dan is het echt voorbij. Maar het moet er toch uit. Ze kan niet blijven zitten."
Iris

"Ik vond dat wel fijn. Ik wilde toch mijn kind laten zien. [...] De zus van Bram had eigenlijk gezegd dat ze Moos niet wou zien. Snap ik ook wel, dat het misschien wel eng kan zijn. Maar ik vond het echt mijn kind en dacht 'Waarom wil je niet naar mijn kind kijken?'
Iris
(Moos thuis, mensen langs)

"Mijn zwager, die is niet geweest. En toen zag ik 'm en toen gaf hij mij een knuffel en zei hij 'sorry dat ik niet ben geweest, maar ik vind het echt heel moeilijk.' Toen dacht ik 'Ja, ik vind het ook heel moeilijk, maar ik heb niet echt een keus.'
Iris
(Moos thuis, mensen langs)

"Ik snap het ook allemaal wel, maar ik snap niet dat ze het niet opzij kunnen zetten. Maarja... ik snap het ook wel als mensen niet willen komen. Het is ook moeilijk. [...] Maar zo is het nou eenmaal."
Iris
(Moos thuis, mensen langs)

Nu



"Dat ik er ook wel alleen voor... ookal kan ik er beter over praten dan bij die miskramen. Maar toch... heb ik nog steeds wel het idee dat ik het alleen doe. [...] Ik denk er echt dagelijks aan en zit echt nog steeds bijna elke dag huilend in de auto."

Iris



"Ik denk dat ik na die eerste miskraam niet meer echt vertrouwen heb gehad in de zwangerschap."

Iris

(terugkijkend op sessie)

"Het geeft voor mij wel weer dat de tweede miskraam beduidend minder indruk heeft gemaakt gezien er ook weinig kaarten bij hangen. En die eerste miskraam wel meer."

Iris

(terugkijkend op sessie)

"Wel een beetje aan het verdriet wat ik had. En ja... kan ik niet zo goed zeggen. Het wordt ook wel een beetje overschaduwd door de geboorte van Moos. Dat heeft voor mij echt zoveel meer impact als de andere twee miskramen. Die hebben niet eens een naam of zo."

Iris

(over terugdenken aan zwangerschaps verlies)

"Ik accepteer wel steeds meer dat het zo is. Maar ik vind het wel heel moeilijk... waarom?"

Iris



"Ik heb namelijk iets gemaakt. Ik had een workshop, zeefdrukken. [...] Dit ben ik, dit is Bram, Duke & Otis en Moos en hopelijk ook dat kindje dat nog komen gaat."

Iris

"Volgende week zou ik eigenlijk uitgerekend zijn, op de 16de. En twee weken geleden kreeg ik ineens een zwangerschapsverlof uitkering. Dat had mijn werk niet helemaal goed afgezegd."

Iris

"Ik ben een paar weken geleden bij iemand geweest die een ketting maakt van een beetje van de as van... Ik denk dat dat mij ook wel heel veel helpt. [...] Dat ik dan altijd Moos altijd mee kan nemen in een kettinkje."

Iris

Difference between stillbirth and pregnancy loss

“Na 20 weken is je beleving wel echt anders dan 16 weken. [...] Bij Moos was ik al echt concreet bezig met dat in januari dan geboren wordt. Ik had al bijna een nieuwe jas besteld met zo’n draag ding ervoor. Ik was er gewoon echt al veel meer mee bezig dan wanneer je zo vroeg bent in de zwangerschappen. Voor mij is het echt heel anders. Natuurlijk ben je eigenlijk al meteen moeder als je weet dat je zwanger bent.”

Iris

“Voelde dat voor jou ook zo?”

“Ja, behalve bij die twee miskramen. Toen had ik nauwelijks de tijd om daar over na te denken.”

Iris

“Bij Moos had ik dat ook [twijfels]. Maar door die goede 13 weken echo kreeg ik gewoon vertrouwen. En schijnbaar kunnen babys gewoon dood gaan in je buik, ook al is het wel goed.”

Iris

“Het grote verschil is ook wel.. Bij die miskramen, dan was het kindje gewoon echt niet goed. Dat kan gewoon niet anders. Maar Moos was gewoon goed in de aanleg. Alles was goed, ze zag er gewoon goed uit. En dan denk ik ‘ja, ligt het aan mij?’ Dat is ook wel een groot verschil denk ik, dan bij die andere twee. “

Iris

“Bij de miskramen, dat het kindje niet goed was in de aanleg, dat geeft een bepaalde berusting.”

Iris

APPENDIX D

ethical considerations

This appendix provides a risk assessment and migration plan, and the template of the consent forms filled in by the participants, all according to the guidelines provided by the Human Research Ethics Committee (HREC).

Risk assessment and migration plan

An important question in ethics when researching, is whether the chosen method is necessary to answer the research questions formulated [check my source [63]. As the aim is to immerse myself into the context of pregnancy loss through and gain empathy through listening to experiencing stories, a context mapping sessions seem suitable, as this is often used for research about the human experience to thereafter formulate insights to inspire the following design phase [27].

Harm (sensitive topic)

The topic of pregnancy loss is a highly personal and sensitive topic. As the topic is not often discussed even among partners, discussing it could increase the risk of anxiety, sadness or negative emotions. The talking about rare spoken subjects, could increase the risk of accidentally feeling like a therapy session, in which people share more than what is known, and new insights are created. This is harmful, as I am not a licensed therapist, and could therefore cause harm. Thus, it is important the role of therapist is omitted at all costs. I am taking extra measures to limit these risks.

In-session The session's main rule is the freedom to share or not to share. Through-out the session it is stressed that the aim is to retrieve experience stories for the research and immerse myself in the context of pregnancy loss. The research is conducted to hear their story, not to provide the participants new insights. This means they do not have to expand on what is already known and familiar to them with regards to their own experience. At the beginning of the session is explained that if the participants, for any reason, feel they want to stop the session, they are free to make this known and the session will be halted. Additionally, notice will be taken of the non-verbal signs of discomfort. At the end of the session, a moment of reflection is built in, to possibly address these moments of discomfort or emotion.

Aftercare After the session has ended contact will be maintained with the participants through updates about the project and possibilities of further involvement. Through email participants will be asked how they feel after the session. Additionally, the timelines created in the session, digitalized with quotes added, are sent to the participants for them to read and possibly request changes if they feel some of the quotes or information included in the timelines should be excluded. This allows for sensitive information that is too private, to remain as such.

Invasion of privacy

The information given and details of the participant

will be fully anonymized, unless explicit consent is given on the consent form. Another possible invasion of privacy could be formed through the pictures made of the timelines. To omit the invasion of privacy, through the possible recognizability of the couple's homes, a white fabric is held behind the timeline whilst taking pictures. If pictures are taken without this white fabric, the images used will be altered in a way the background is not visible.

Deception

Before the session takes place and consent is asked, the topic of pregnancy loss, the set-up, and the aim of the session will be clearly communicated. If the expectations and study topic are clear before the session starts, there is no deception at play.

Data plan

Data management planning

Collected	Stored	Used	Discarded
Audio	On a separate hard-drive	Transcribed into text in the appendix and as quotes in the report	2 weeks after the graduation
Pictures of the materials created (timeline/drawings/words)	On a separate hard-drive	When relevant used in the report or put in the appendix. If the experience experts are on the pictures they will be anonymized.	2 weeks after graduation
Personal information	On a separate hard-drive (word-doc)	Names will be changed or anonymized (unless requested differently). Age and story will be used. Photos of what is made during the session will be anonymized if experience experts happen to be on it. The background on the photos will be digitally deleted or hidden through holding up a piece fabric behind what is photographed while taking the photos.	2 weeks after graduation

Consent form

On the following pages the template of the consent form used can be found.

INFORMED CONSENT FORM

Vink het toepasbare hokje aan alstublieft

JA

NEE

1) Ik heb de informatie over het onderzoek gedateerd [..../...../.....] gelezen en begrepen, of deze is aan mij voorgelezen. Ik heb de mogelijkheid gehad om vragen te stellen over het onderzoek en mijn vragen zijn naar tevredenheid beantwoord.

☐☐

2) Ik doe vrijwillig mee aan dit onderzoek, en ik begrijp dat ik kan weigeren vragen te beantwoorden en mij op elk moment kan terugtrekken uit de studie, zonder een reden op te hoeven geven.

☐☐

3) Ik begrijp dat met mijn deelname aan dit onderzoek betekent dat het opgenomen zal worden via een microfoon en dat de audio hiervan getranscribeerd in tekst zal worden die geanonimiseerd in het verslag van dit onderzoek te vinden zal zijn. De getranscribeerde tekst zal gebruikt worden voor geanonimiseerde quotes en verdere analyse.

☐☐

4) Ik begrijp dat met mijn deelname aan dit onderzoek betekent dat er foto's worden gemaakt van het geproduceerde materiaal in de sessie. Hierop zal ikzelf en zal de omgeving niet identificeerbaar te zien zijn.

☐☐

5) Ik begrijp dat met mijn deelname aan dit onderzoek betekent dat al het materiaal geproduceerd, gefotografeerd en alle informatie verteld geanonimiseerd gebruikt kan worden in de thesis en in presentaties van dit project.

☐☐

6) Ik begrijp dat de studie Mei 2023 eindigt.

☐☐

7) Ik begrijp dat mijn deelname het risico met zich meebrengt dat mijn data herkend zou kunnen worden door kennissen/vrienden/familie.

☐☐

Ik begrijp dat dit risico wordt geminimaliseerd door de data niet met naam te vermelden en door de data verder te anonimiseren worden waar mogelijk.

8) Ik begrijp dat de volgende stappen worden ondernomen om het risico van een databreuk te minimaliseren, en dat mijn identiteit op de volgende manieren wordt beschermd in het geval van een databreuk [...]

☐☐

• De data wordt opgeslagen op een externe harde schijf en zal 2 weken na het afronden van het project worden verwijderd

• De foto's bij mij thuis zullen gemaakt worden met een anonieme achtergrond (een witte muur of een opgehouden doek)

	YES	NO
9) Ik begrijp dat de persoonlijke informatie die over mij verzameld wordt en mij kan identificeren, zoals [Anna Kersenboom, Windschoten] niet gedeeld worden buiten het studieteam.	☐	☐
10) Ik begrijp dat de persoonlijke data die over mij verzameld wordt, vernietigd wordt 2 weken na het afronden van dit afstudeerproject	☐	☐
11) Ik begrijp dat na het onderzoek de geanonimiseerde informatie gebruikt zal worden voor de thesis, de TU Delft repository, video's en optioneel posts op linked-in/social media ter promotie van het project.	☐	☐
12) Ik geef toestemming om mijn antwoorden, ideeën of andere bijdrages anoniem te quoten in resulterende producten.	☐	☐
13) Ik geef toestemming om mijn voornaam te gebruiken voor quotes in resulterende producten, dat wil zeggen presentaties en de thesis	☐	☐
14) Ik geef toestemming om mijn leeftijd te gebruiken voor quotes in resulterende producten, dat wil zeggen presentaties en de thesis	☐	☐
15) Ik geef toestemming om de geanonimiseerde data [getranscribeerde tekst, quotes en geanonimiseerd beeldmateriaal] die over mij verzameld worden gearchiveerd worden in de TU Delft repository opdat deze gebruikt kunnen worden voor toekomstig onderzoek en onderwijs.	☐	☐
16) Ik begrijp dat de toegang tot deze repository open is.	☐	☐

Handtekeningen

Naam deelnemer

Handtekening

Datum

Ik, de onderzoeker, verklaar dat ik de informatie en het instemmingsformulier correct aan de potentiële deelnemer heb voorgelezen en, naar het beste van mijn vermogen, heb verzekerd dat de deelnemer begrijpt waar zij vrijwillig mee instemmen.

Naam onderzoeker

Handtekening

Datum

APPENDIX E

session plan interaction quality workshops

In this appendix, the primary goal and set-up is discussed of the workshop sessions held to identify the interaction qualities needed for the design phase.

The goal

The goal of the session was formulated as follows: My aim is to seek inspiration for design qualities regarding the themes of bodily (and social) connection following the experience of pregnancy loss, using movement and the manipulation of various materials, such as fabric, light, and paper.

This resulted into a session set-up, in which different kind of materials were used and different configurations (individual, duo and group) of the participants involved, whilst creating the movement and poses.

Harm (sensitive topic)

Below the set-up of the session is discussed and explained.

The participants

Two groups of ± 4 people who have experience in – and therefore a sufficient level awareness when it comes to their mind-body connection through - practices like yoga, acting, dancing and tai chi.

None of the participants have experienced pregnancy loss themselves, which was a deliberate choice. I am not a therapist and I think it would not be wise to do such a session with people who have experienced pregnancy loss without either being a therapist or having a therapist present. Such a physical session like this is sometimes used in VAK-therapy and consequently could trigger the participants to relive their possible trauma. I currently do not possess the tools and/or the experience to properly guide them through it.

The second group included a male participant. As all the participants were immersed into the experience of pregnancy loss, as none had any experience with the topic, the difference in gender should not be an issue.

The location

The test took place in the freetown 404 room at X, TU Delft. This room can be made dark and, through the use of theatrical lights already present in the room, could allow for the feeling of a safe rehearsal space. The room should be without mirrors, as it could distract from the goal of the session. The movements and poses are centered on sensations rather than appearances, from these poses and movements interaction qualities are derived.

The materials

Lightsources (lamps)
Lampstand
4 yoga mats
Different kinds of textiles (ranging from soft and

flexible to hard and rigid)
Paper (different kinds)
Masking tape
Duct tape
Styrofoam
Pillows
Blankets
Hard material (plastic)
Ball
Music box
Random craft store stuff (ScrapXL Rotterdam)

Invasion of privacy

The information given and details of the participant will be fully anonymized, unless explicit consent is given on the consent form. Another possible invasion of privacy could be formed through the pictures made of the timelines. To omit the invasion of privacy, through the possible recognizability of the couple's homes, a white fabric is held behind the timeline whilst taking pictures. If pictures are taken without this white fabric, the images used will be altered in a way the background is not visible.

Session flow

Below a summarized written out walkthrough of the ± 2 hr session can be found, made in preparation of the session. Important to note is that photographs and videos will be taken during all phases described below, to document the exploration and creations.

Phase 0: Introduction, Warm-up, and Ground Rules
During this phase, the session's agenda will be introduced, along with participants introducing themselves. The group will engage in theatrical exercises outlined in the provided table. Given the physical nature of the work, ground rules will be established, emphasizing that the movements don't need to be performative. Before the poses are made, and the participants are immersed into the context of pregnancy loss, it is important to warm-up the body, and become comfortable with the other people present in the room. A few theatric exercises, in which dancing and music are featured, is used to achieve these goals.

Phase 1: Immerse in the Experience of Pregnancy Loss

To develop movements, materials, and artifacts that align with the context of pregnancy loss, participants need to be immersed both mentally and physically. The participants will be requested to lie down on yoga mats as a prepared story, based on the book *Maar ik hield al wel van je* by Marjolijn de Cocq, is told. During the narration the participants are asked to also be aware of the responses of their body to what is told, as they immerse themselves.

Phase 2: Individual exploration and Creation

After the immersion, participants will be asked to stand and physically embody their current emotions. When a pose or movement is created, it will be photographed or filmed. Following this assignment, they'll be tasked with exploring poses in which comfort can be found. For this assignment the participants are to use the materials presented in the room, however this is not mandatory.

Phase 3: Collaborative Creation in Pairs

Once personal comfort is found, participants will collaborate in pairs to create poses based on the same assignments given in the previous phase.

Phase 4: Group Creation and Exploration

In the final group phase, participants will craft four tableaux collectively, employing all available materials. Group members will take turns directing each tableau. These tableaux will capture their interpretation of the emotions felt after a miscarriage and where/how they found comfort.

Phase 5: Reflection on Accomplishments

An evaluation of the session will follow, including questions directed at participants. Queries might relate to the origins of poses/movements or insights. Time will be allocated for participants to reflect on their experience during the session. Ultimately, the session will conclude with a reflective discussion on its outcomes, identifying strengths, areas of confusion, and suggestions for improvement.

The immersive text

On the following pages the immersive text written for and narrated during the test is shown. This text is written as diary entries, inspired by the book *Ik hield al wel van je* by Marjolijn de Cocq. The immersive text is written in Dutch, as all the participants were of Dutch origin.

Immersive text

De wens 5 min

Vanochtend lagen we naast elkaar in bed voordat we beide naar het werk moesten. Ik streelde zijn mooie glanzende lokken in het licht van de vroege lentedag. Opeens schoot hij op. Hij zei: "Weet je waar ik al een tijdje over aan het denken ben?" Hij leek opeens een beetje zenuwachtig. 'Nou?' zei ik. Hij schraapte zijn keel en zei: "Willen wij niet samen proberen om een kindje te krijgen? Ik bedoel.. we hebben allebei een steady baan en we hebben vaker grappen gemaakt over een huis en hond en 4 kinderen.. dus eh dan wordt het misschien wel...." Ik luister al niet meer. Mijn hoofd is in de wolken. Ik spring een gat in de lucht en kus hem op zijn mond. In de avond drinken we samen (voor mij) een laatste glas champagne en klinken op de toekomst. Zo hebben wij het besloten. We gaan proberen om een kindje te krijgen. De spiraal eruit en alle condooms bij het grof vuil. Ik kan het bijna niet geloven dat het gaat gebeuren. Het is alsof we in de deuropening staan van een nieuw hoofdstuk in ons leven. Wie weet zijn we volgend jaar bij Pasen niet meer met z'n tweeën, maar met z'n drieën. We vertellen nog niemand over onze plannen, dit is ons geheimpje. Stiekem droom ik al dat het morgen volgend jaar Pasen is.

Positieve test + echo 5 min

Het is zo ver. Het gaat nu écht beginnen. Ik kijk naar de zwangerschapstest en er staan twee streepjes. Ik knijp mijn ogen dicht en doe ze weer open. Nog steeds twee streepjes. Ik ben zwanger. Ik ben 100% zwanger. Er groeit nu op dit moment nieuw leven in mijn buik. Gelijk voel ik een overweldigend gevoel van liefde en zorg voor die paar cellen in mijn buik die ons kind zijn en zullen worden. In mijn hoofd ben je al hier, lieve kleine in mijn buik. Ik voel me direct moeder. Het klinkt volsagen idioot, maar het is toch hoe ik me voel. Ik vertel het mijn vriend en hij is door het dolle heen. Hij danst zo onstuimig in de gang dat ik bang ben dat we onze onderburen wakker stampen met ons geluk. Hij pakt me vast. Het gaat nu écht beginnen.

Ik ben op mijn werk. Maar niet meer alleen, samen met jou. Op de momenten dat het echt tot me doordringt, kan ik bijna niet meer ademen. Ik voel aan alles dat ik nu al van je hou. Van een wezentje dat nog niet eens een hartje heeft, of een zenuwstelsel. Niemand weet of ziet nu al iets. Maar wij zijn hier samen. Opeens lijkt die stapel papierwerk een stuk minder zwaar.

Gisteren gingen we naar de bruiloft van een vriendin. Wij waren daar al stiekem met z'n drieën, maar we wilden dat nog niet vertellen. Het was immers niet ons moment. Mijn smoes voor het niet drinken van alcohol? Iemand van ons moest rijden en ik ben een hele verstandige Bob. Bij mij kwam er geen druppel in, op één glaasje champagne na. Maar dat kan toch wel? Het voelt als ons grootste geheim, maar ik kan niet wachten om het nieuws met de wereld te delen.

De dag van de eerste echo. We zijn inmiddels 6 weken onderweg, maar in mijn hoofd ben je voldragen. Ik wilde je al zo graag ontmoeten dat ik heb besloten om een vroege 'pret' echo – zoals ze dat noemen – te doen. M'n vriend had helaas een belangrijke meeting op werk, maar ik zal de foto's van de echo meenemen.

Met volle blaas, blijkbaar is de echo dan beter te maken, ben ik op de fiets onderweg naar de echoscopist. Ik hobbel over de klinkers. Per meter stijgt de spanning. De gel op mijn buik is ontielig koud, maar dat mag niet baten. En daar ben je dan. Ik zie een klein mensje in de vorm van een garnaaltje. Mijn garnaaltje. Wat ben je prachtig.

We zitten samen buiten in het park en liggen in de zon. Ik lig op mijn rug en voel de zon mijn buik verwarmen. Ondanks dat mijn buik nog steeds plat is, aai je over mijn buik en zegt je 'Elynn'. 'Elynn?' vraag ik. 'Ja, Elynn als het een meisje wordt, misschien? Wat vind jij?' Zo dromen we stiekem verder over namen, ondanks dat we weten dat het nog te vroeg is. We sluiten voor nu een compromis. Elynn als het een meisje is. Kai als het een jongetje is. Ik denk stiekem dat je Kai heet, maar voor nu ben je ons garnaaltje.

Bloeding + bellen verloskundige 10 min

Ik had al een week een slecht voor gevoel. Een onbestemd gevoel dat iets niet leek te kloppen. Negen dagen na de echo, een voorbode in rood tijdens het douchen. Ik gil. Mijn vriend snelde naar de douche: 'Wat is er?!' Paniek. Pure paniek. Natuurlijk heb ik gelezen dat dit soms gebeurt tijdens een zwangerschap en dat dit heel normaal kan zijn. Maar zo voelt dat niet. Ik bel de verloskundige. Die zegt ook: "geen paniek, dit gebeurt vaker en is normaal." Ik ben gerustgesteld. Maar vlak voordat ik van huis wil vertrekken; meer

bloed. Krampen volgen. Meer bloed.

Wat ik vooraf niet weet, wat me niet is verteld, is hoe goor het allemaal is. Is dat het woord? Goor? Ja, goor. Dat waarvan ik in de vroege ochtend dacht dat dat het vruchtzakje was, blijkt niet anders dan het begin van een eindeloze stroom bloedstolsels en weefseldelen.

Ik ben alleen thuis en bel in paniek m'n vriend die net naar werk was vertrokken. Hij schrikt enorm en komt direct terug naar huis na een korte stop bij de drogist. Hij weet ook niet wat hij moet doen en staat er een beetje naast. Niet dat ik daar nu aandacht voor heb. Ik denk alleen aan jou. Jij mag niet weg. Blijf bij me. Alsjeblieft.

Weer hang ik aan de telefoon met de kraamverzorger. Zij zegt nu ook wat ik vreesde 'ja, dit is niet goed. Laten we de volgende afspraak maar cancelen.' Ik voel me goddeloos alleen en aan m'n lot over gelaten. M'n vriend staat onbeholpen naast me. Het is oneerlijk. Ik zit huilend op het toilet, kijkend naar het rood dat vloeit in het wc-papier. Ik wist dat dit een mogelijkheid was, maar ik had er geen rekening mee gehouden.

Ik ben je aan het verliezen en ik kan niets doen.

Een razende machteloosheid overspoelt me; een tsunami aan rood verdriet.

Paar weken na stoppen bloeding 5 min

We zijn inmiddels zijn er alweer twee weken verstreken. De aarde blijft draaien en ik doe schijnbaar mee. Het is alsof er een mistgordijn zit tussen mij en de rest van de wereld. Niemand die iets aan mij ziet, maar ik ben onomkeerbaar veranderd. Zeven weken en één dag was je bij ons. Nu zit er een gat in mijn buik. En gat waar jij hoort te zitten. Ik voel me als een leeg huis. Een anti-kraak die zo hard en vijandig is dat niemand er wil zitten, jij ook niet. Wat als er nooit iemand wil zitten? Morgen weer naar werk.

Wat als ik niet dat glas champagne had gedronken? Ik dacht dat het kon. Maar misschien kon het toch niet. Ze hebben nooit een reden kunnen vinden. Het voelt als mijn schuld, ook al zegt m'n vriend en de dokter dat het niet zo is. Mijn lichaam heeft mij in de steek gelaten. Ik breek langzaam mijn lichaam af met veel drank en weinig slaap, pas dan is het rustiger in mijn hoofd. Verdiende loon.

Waarom? Waarom wij? Waarom ik? Wat is de reden dat zij wel en wij niet. Waarom kan ik niet? Waarom kan ik niet gewoon... dat. KUT!

Het lijkt wel of iedereen vindt dat we 'vanaf nu' weer 'normaal' moeten doen. Voor mij voelt het of ik nooit meer normaal kan doen. Mijn vriend lijkt ook alweer verder te gaan. Hij heeft weer een routine en we praten er steeds minder over. Hij begon ook weer over 'de volgende keer.' Hij kijkt vooruit, ik kijk naar wat achter ons ligt. Mijn lichaam is nog aan het herstellen van wat achter ons ligt. Wat nog bij mij is. Waarom is hij niet meer zo verdrietig? Ik snap dat het voor hem anders ligt en anders is. Maar toch verwijt ik het hem soms. Ik voel me zielsalleen in mijn verdriet.

Ook voel ik me niet begrepen en gezien door mijn omgeving. Veel vrienden en familie wisten het niet, dus tegen hen kan ik het niet vertellen. Dat is simpelweg te veel. Bij de vriendinnen die ik het wel heb verteld kan ik weinig steun vinden. Ze zwijgen, vragen niet en als ze iets zeggen dan is het goedbedoeld, maar zo wreed.

'Het is beter zo, het kindje was vast niet goed geweest.' 'Het is de natuur.' 'Maar je weet tenminste dat het kan.' 'Gewoon blijven oefenen.' 'Gauw weer opnieuw proberen. 'Gelukkig was je nog niet zo lang zwanger, een vriendin van me moest met vijf maanden bevallen, om dat haar baby niet levensvatbaar was.' 'Gewoon blijven oefenen.' 'Het komt vast goed!'

Hoe weet jij dat nou? Dat het goed komt? Wanneer dan? Vertel jij mij wanneer?

Dankjewel en naar de hel moet je.

Misschien hadden ze het ook niet goed kunnen doen.

Soms denk ik nog aan je, maar niet te lang. Dan voel ik de pijn net zo heftig als toen. We moeten door. Mijn buik voelt leeg. Ik heb niets dat bewijs is dat je er bent geweest. Je bent er nog steeds. We gaan door. Mijn lichaam heeft me verraden. We moeten door.

APPENDIX F

vrouwen in bad, an impression

In this appendix the transformative theatrical experience called *Vrouwen in Bad* produced by Female Economy is discussed and expanded on. As *Vrouwen in Bad*, has been a source of inspiration for this project, it felt important to include a brief summary and impression sketches made of the ritual.

Vrouwen in Bad is a ritual that allows women to connect to their femininity. I attended only one of the five sessions named pussy. The session existed of a diverse set of actions. When entering you were guided into the session space one by one. Then in the session space you were initiated into the ritual by two of the actresses through putting fragrant oil on your forehead. Then the main ritual was explained, one of the participants present, was going to have her pussy painted (their words). The concept being that if one women is healed in her relationship to her genitals, all the women in the session would be. Then every participant was guided to a warm bath. While in the bath you listened to different monologues from one of the actresses guiding the session. This was alternated with music being sung or played, and moments in which you could hear the conversation held in the middle of the room between the participant and the painter. At the end of the session the painting was finished, and we would all gather around the centre of the room, while looking at the painting. A final song fly me to the moon, was sung and we were instructed to leave the session space.



VROUWEN IN BAD ANALYSE

ONTVANGST (orange box)
 omgeet & vertrouwen nodig
 → warme transformatie
 → contact, er zijn (NIET ANONIEM)

MATE ALLEEN & SAMEN (orange box)
 VEILIG RELATEREN TOT INTROSPECTIE
 BESIN RITUEEL

ZE GEDEELTE (blue box)
 ONTDEKKING BEGELEID
 monoloog, fustich contact
 ONTDEKKING DELEN
 → samenwerking, herkenning

SAMEN (blue box)
 SAMEN TOEGEREKEN NAAR NU

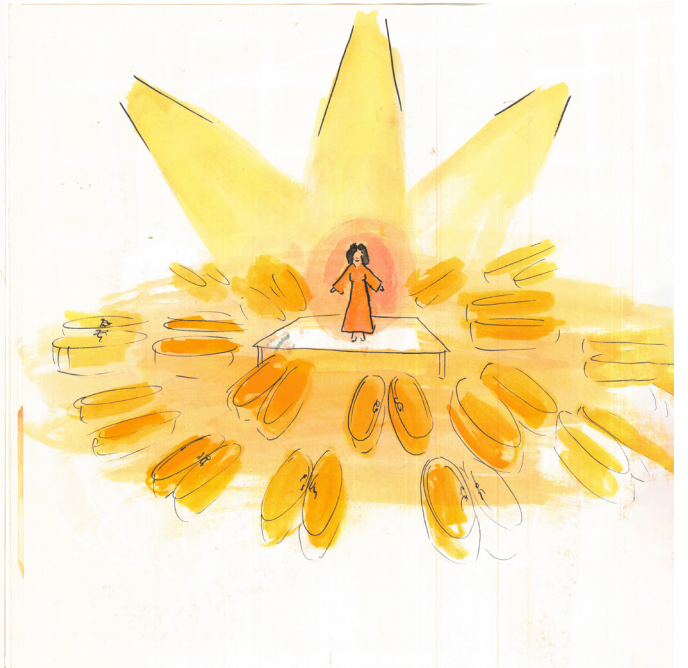
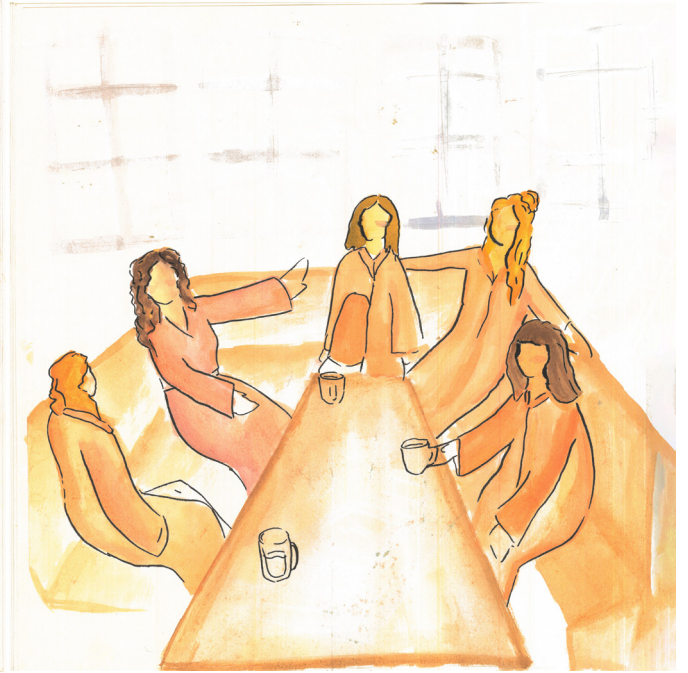
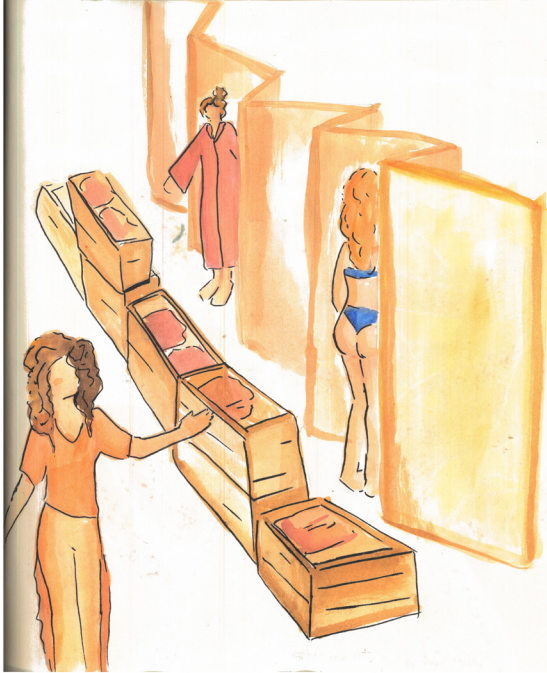
GEMIS (cloud)
 → SAMENZANG (einde)
 → VRAAGSTUK / AFSLUITING (beetje up in the air)

PIEK EINDE APPLAUS (pink box)
 → LAATSTE
 → ONTFAANG

BAD IN! (red text)
 → SAMEN

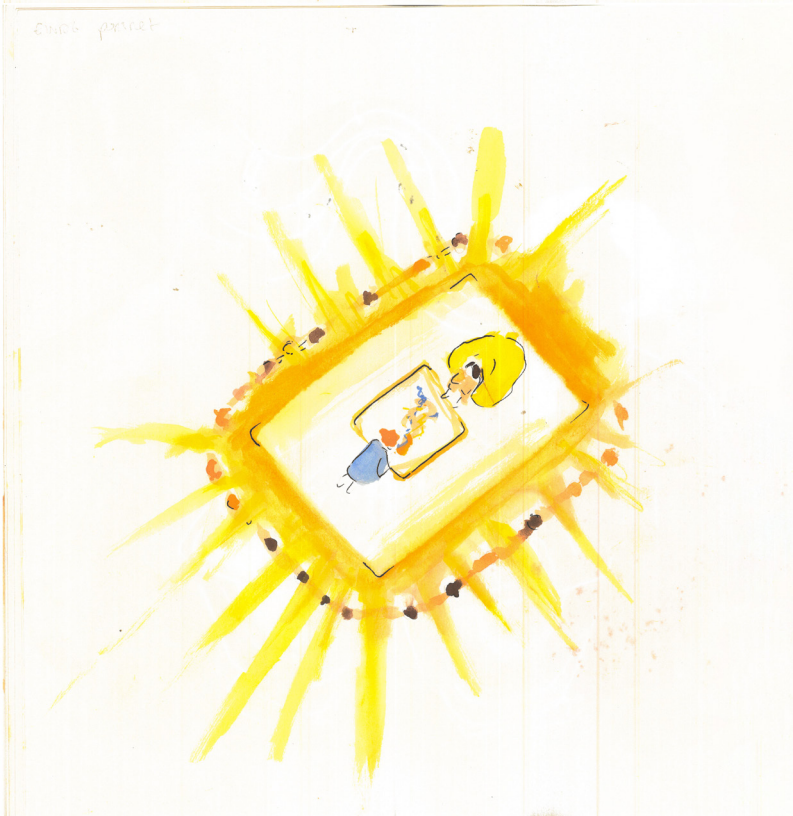
GEZAMENLIJKE MURIEHSTUK (pink text)
 → SAMEN

TIMELINE:
 ENTREE → ONTVANGST → ENTREE ENTREE ENTREE → ENTREE RITUEEL → INTRO → ZANG → monoloog → Dialoog → monoloog → zelf explore → Samen hang → einde







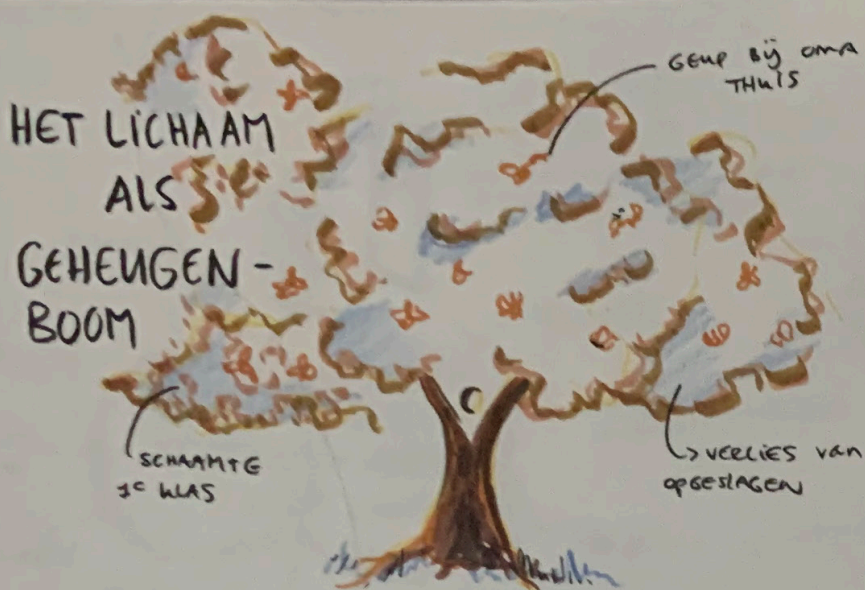




APPENDIX G

exploring mediums

Before deciding on choosing the medium of a transformative theatrical ritual, other medium were explored. This appendix includes some drawings of this exploration.



ROUWTAKEN

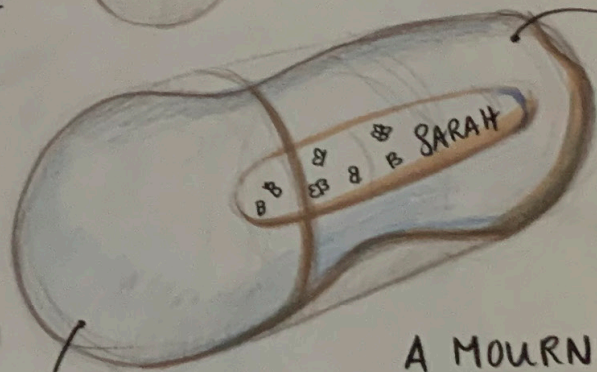
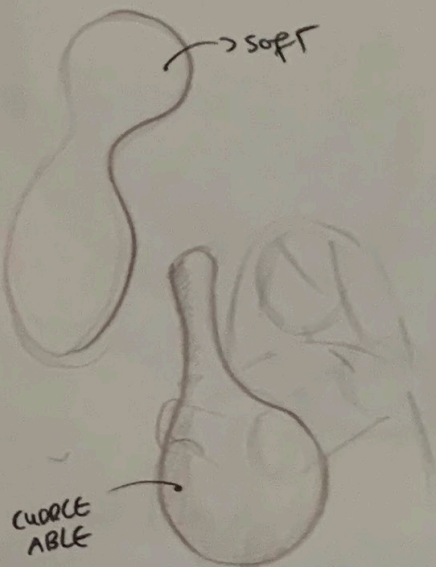
- => SCHRIJVEN
- => MAKEN
- => MUZIEK LISTEREN
- => BEWEGEN / ZINGEN
- => SPORT

SOME IDEAS



GEDENKPLEK // PLACE OF RITUALS
IN NATURE

↳ VUURSCHAKEL (?)



BESCHERM TEGEN
HONDEN / KATTEN / DIEREN

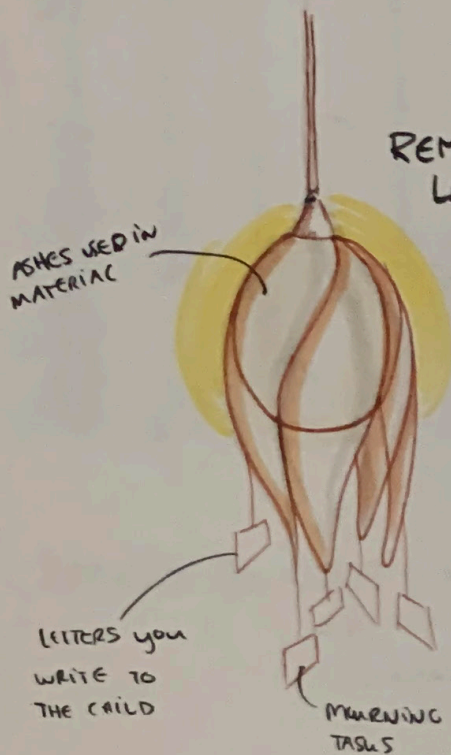
A MOURNING STONE

=> SOFT
=> SWEET
=> KIND
=> PIECEFULL

=> WARM

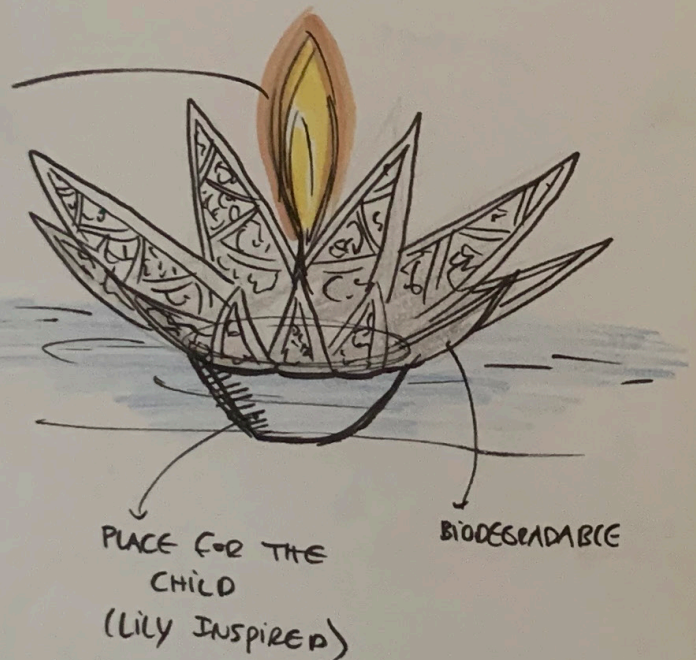
SOME MORE IDEAS

REMEMBRANCE
LAMP

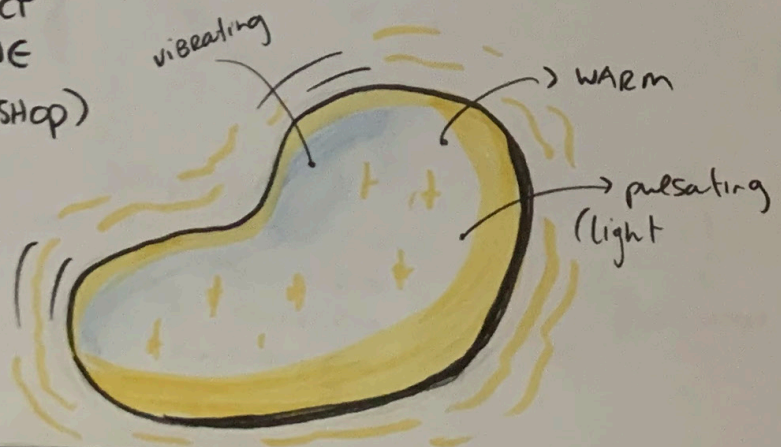


WATERLIGHT
(THE DRAGON PRINCE)

SINKS WHEN
LIGHT GOES
OUT



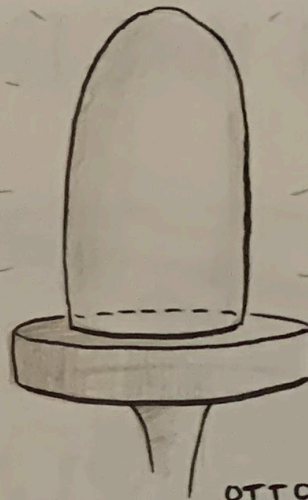
CONTACT
STONE
(WORKSHOP)





KINDERBOEK

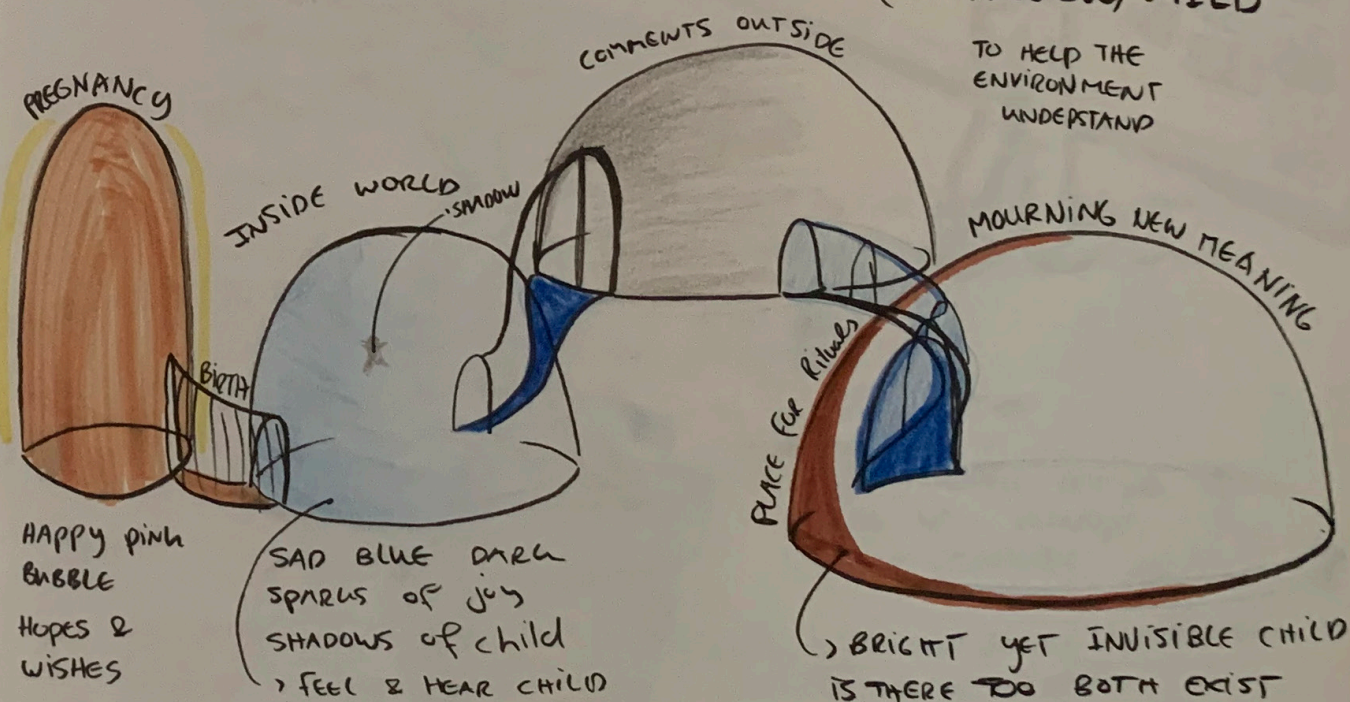
OM SAMEN TE
LEZEN
MET TALEN
& OEFENINGEN
VOOR HET GEZIN



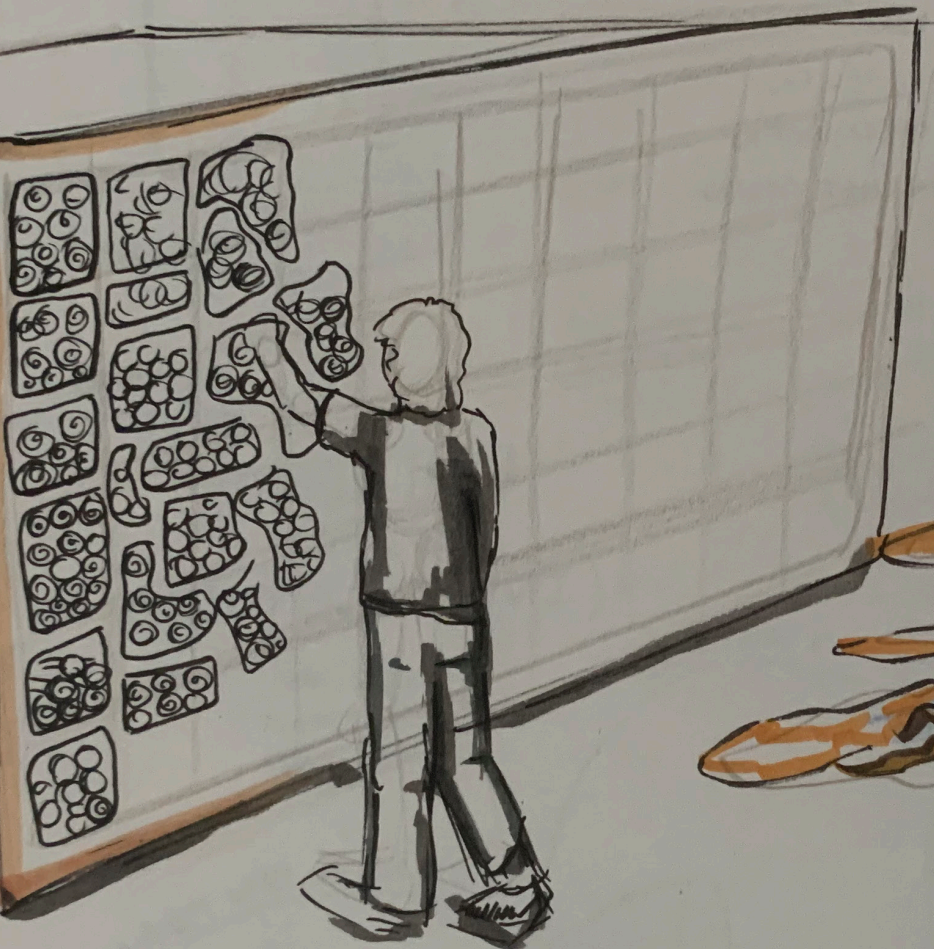
OTTO
JOB JULES & MARIEKE

EXHIBITION OF THE (INVISIBLE) CHILD

TO HELP THE
ENVIRONMENT
UNDERSTAND



ME MORE IDEAS



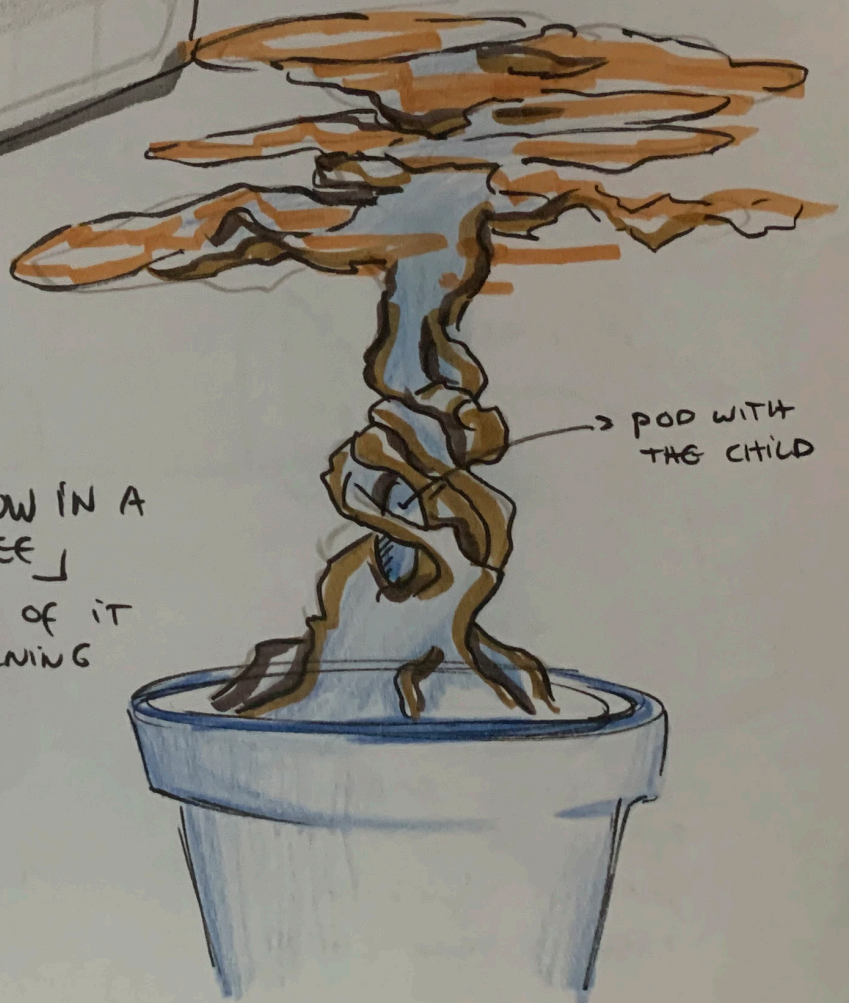
A LETTER WALL

= LEAVE A LETTER FOR
A LONGER ONE (CHILD)

(> maybe too big?)

「GROW IN A
TREE」

⇒ TAKING CARE OF IT
IS THE MEANING
TASK



→ POD WITH
THE CHILD

RANDOM BRAINSTORM



DING DAT CONNECTED IS AAN
Buik vent

↳ vibreren / steakhier / lossere
↳ waem / hond

↳ BEWUSTZIJN MAN +

BODY CHECK RITUEEL



Bij stil staan

Workshop?

Workshop
SAMEN?

MAKE IT
Physical

THUIS?



Toolkit
verzamelde
materiaal / memories

make new memories
het object naar
plekken toe



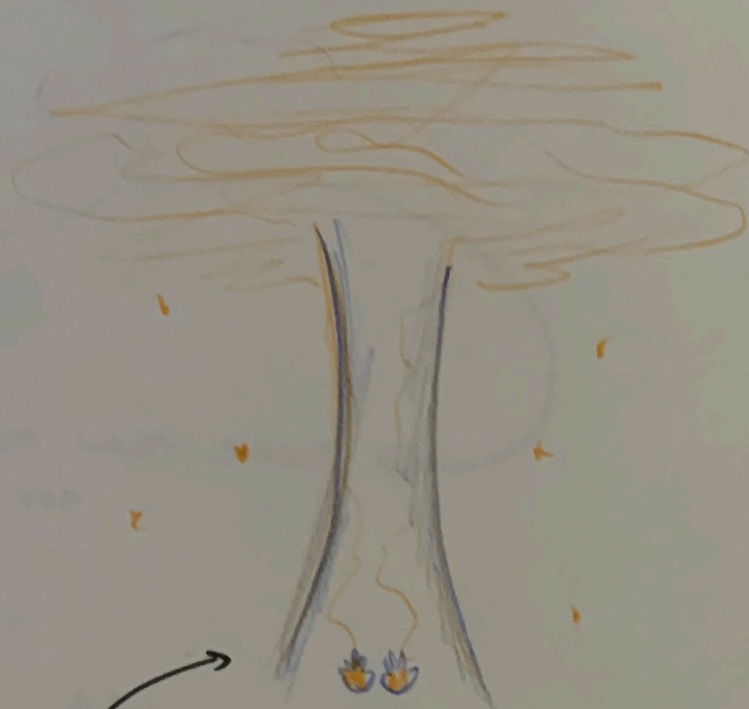
STERNPUNKT NOVA BABYLOSS WEEH Couples workshop



YOGA /
TANTRA
INTEUSCO

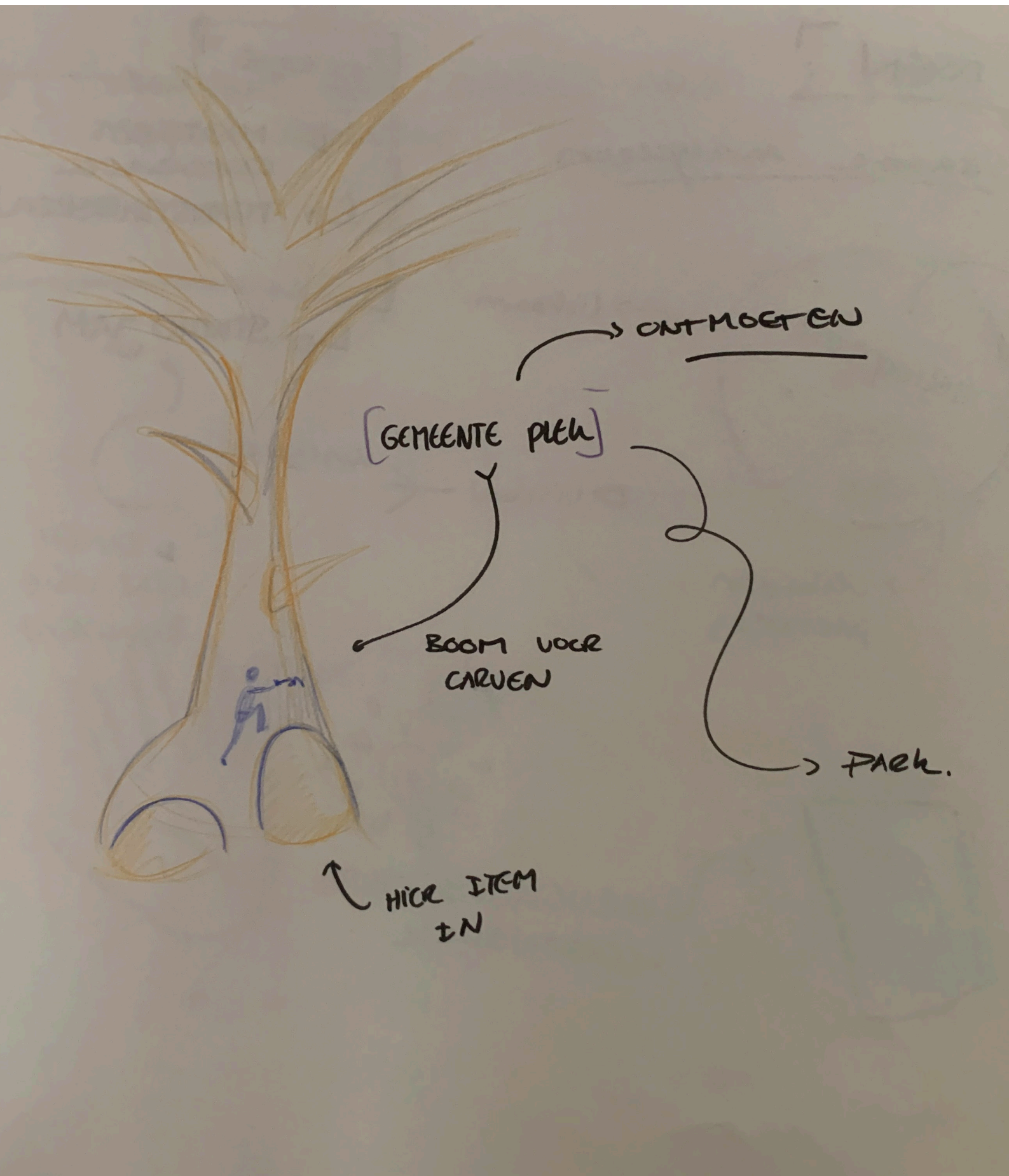


← GLOWING
HANDS



→ ALS BEIDE

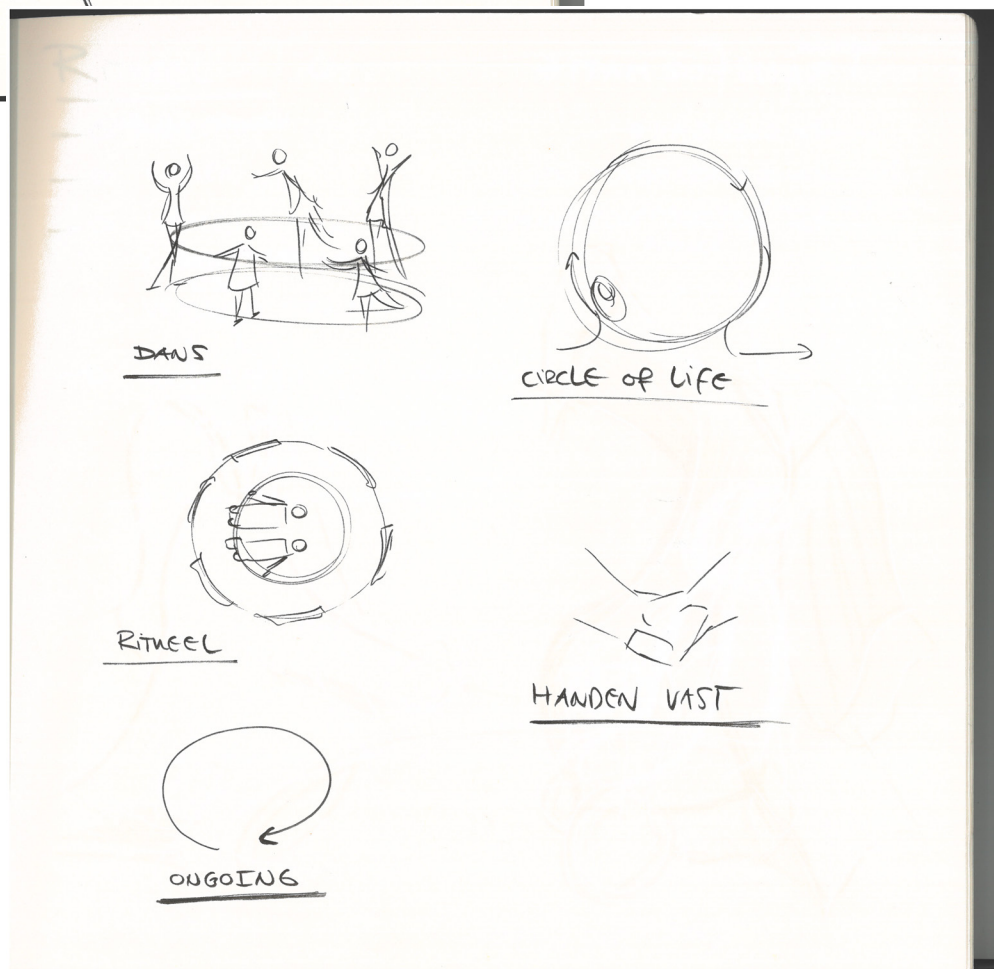
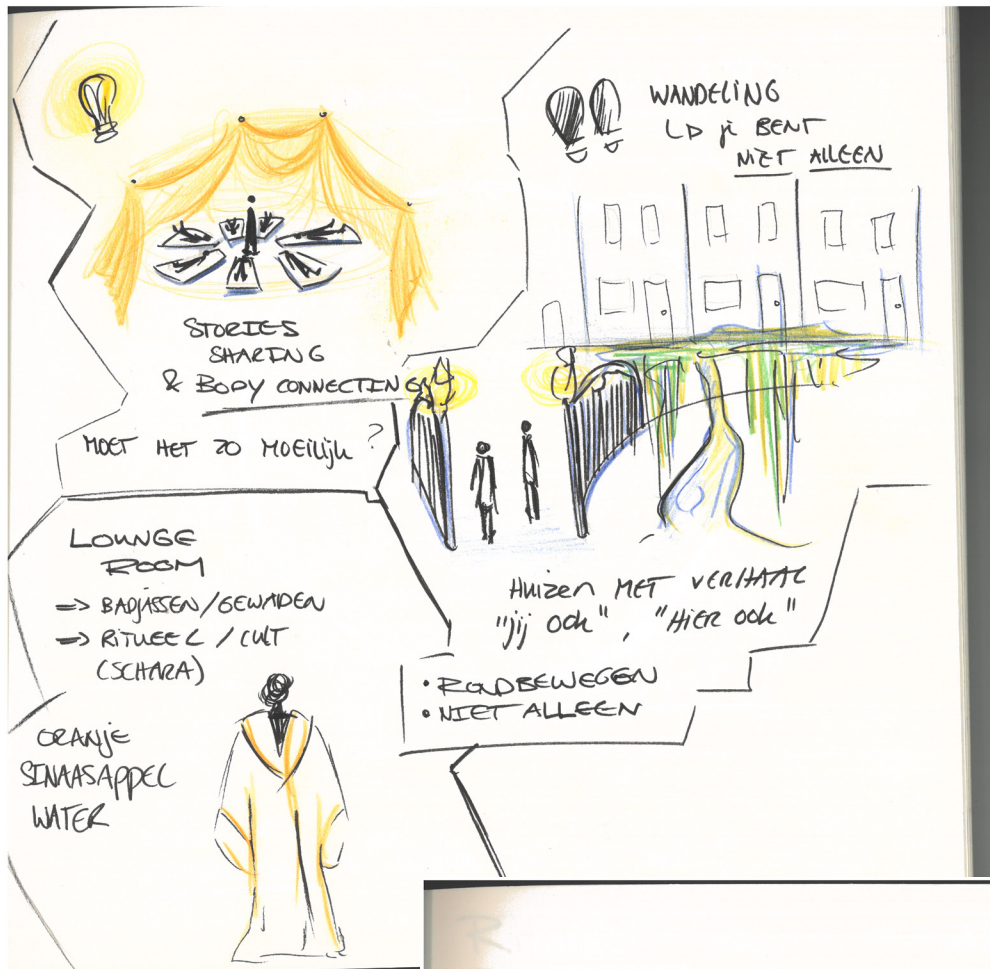
US NUR CONNECTIVE
BRÜCKE?



APPENDIX H

Ideation

This appendix offers a visual overview of the ideation process during the design phase.



RITUEEL

→ AANDACHT

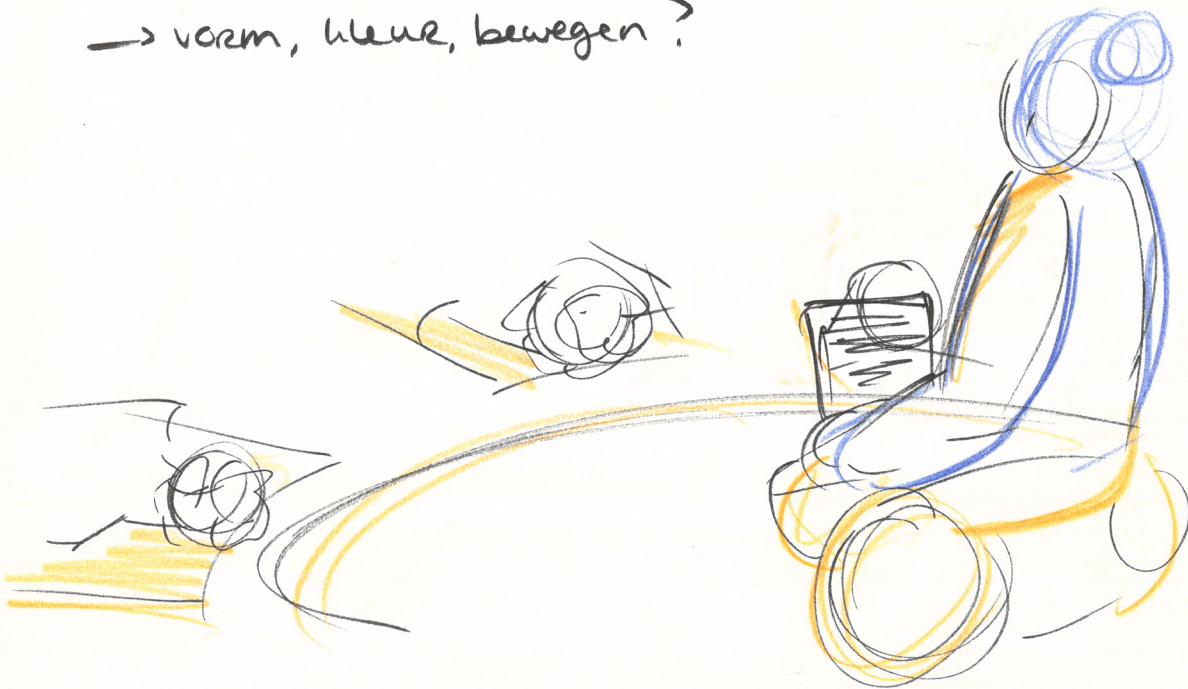
→ SAMEN

→ KRACHT VROUW
& DAT BESPREKEN
Vrouwen cirkel

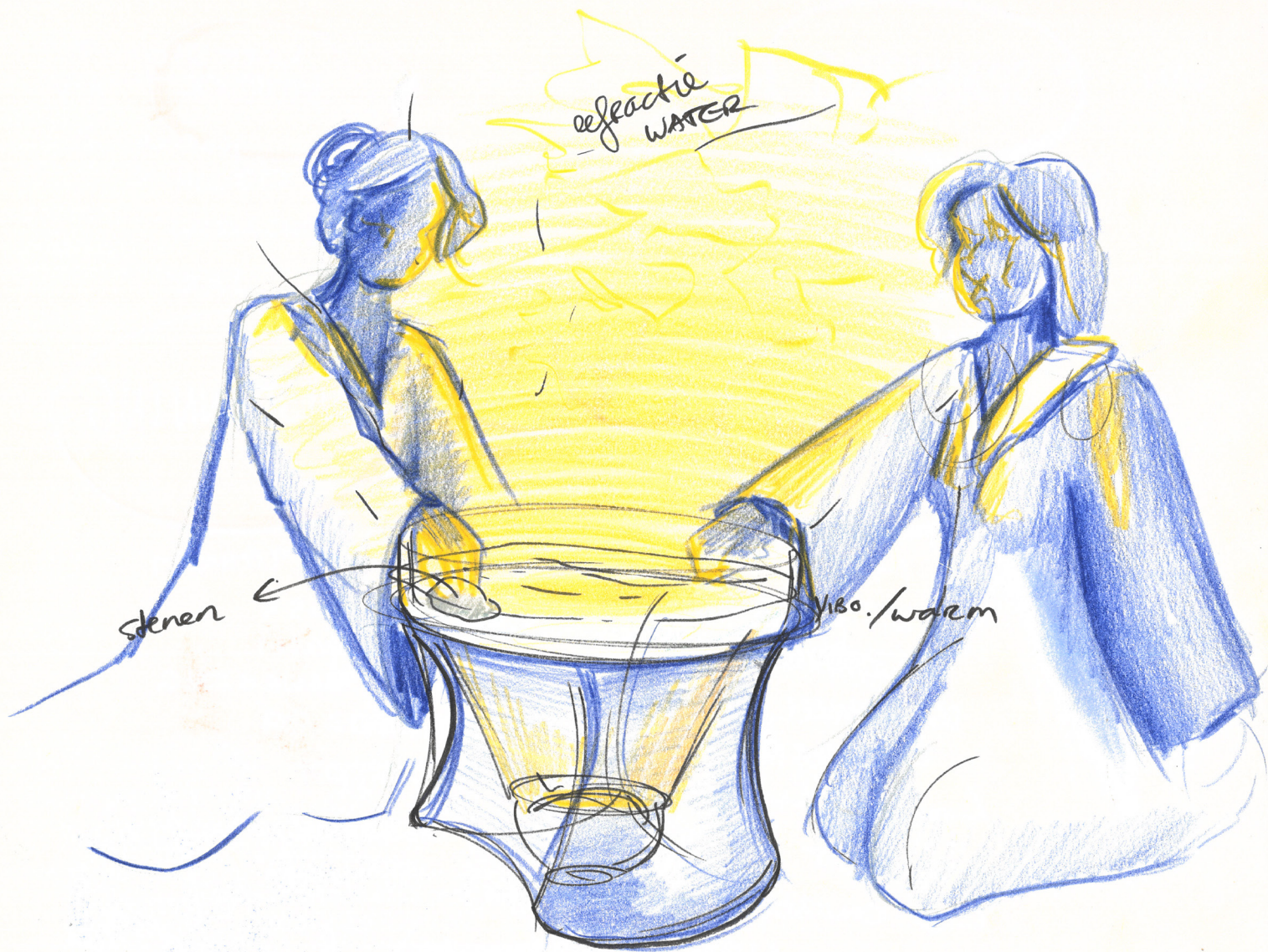
→ WORKSHOP / co-creation
DELEN VERZITKAL & VOELEN
IN LICHAAM WAAR?
→ vorm, kleur, bewegen?

→ 1 moment of
dagelijks / herhaaldelijk
ritueel?

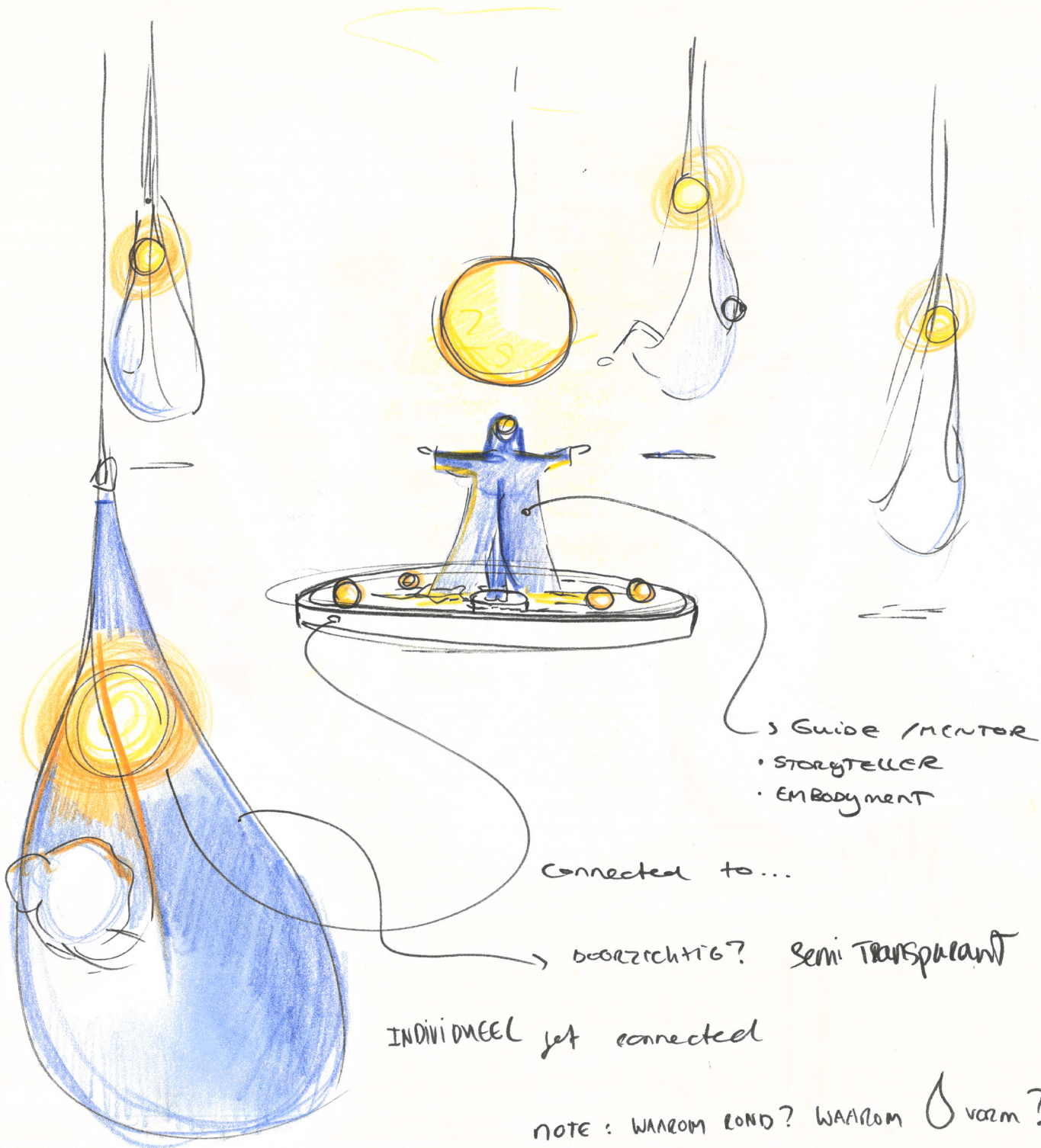
→ TAKE AWAY?



READING OUT STORY

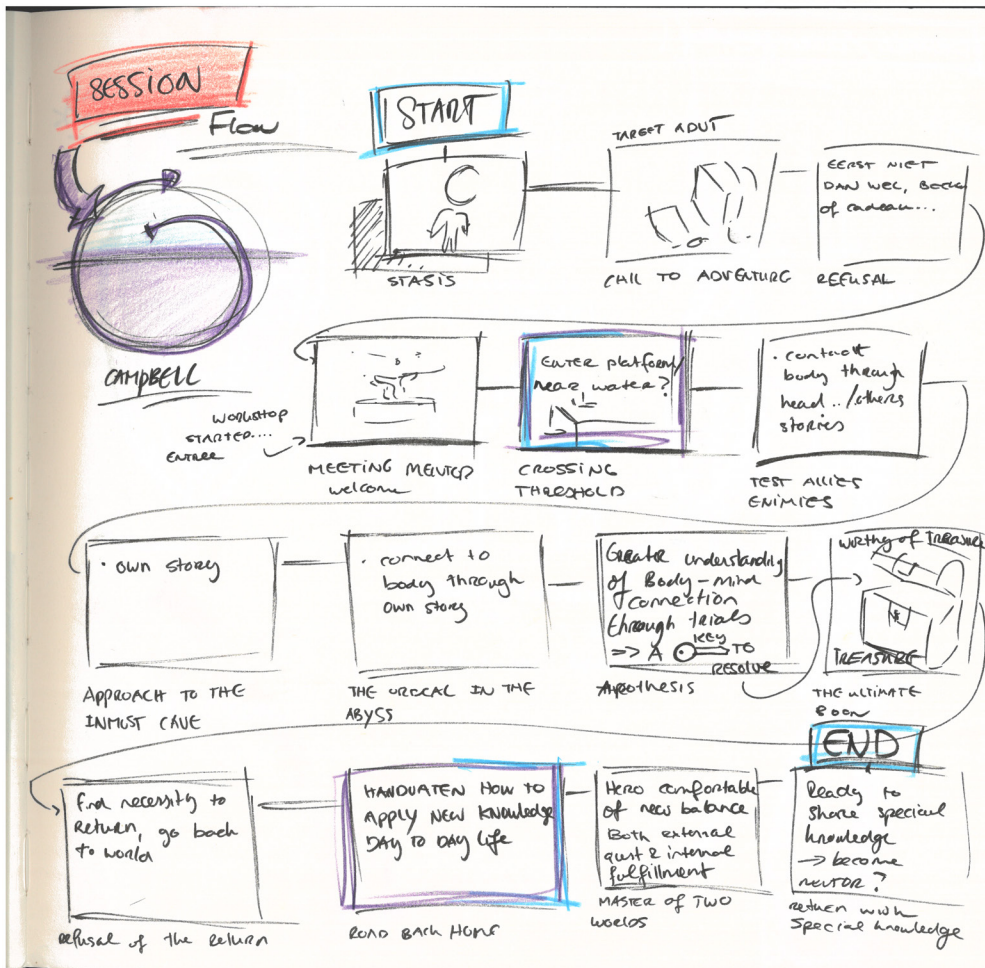
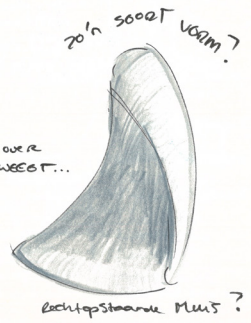
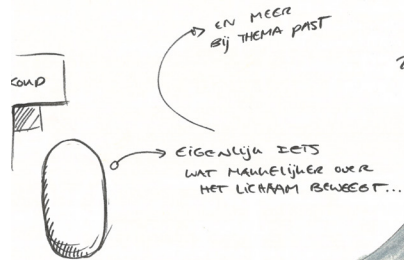


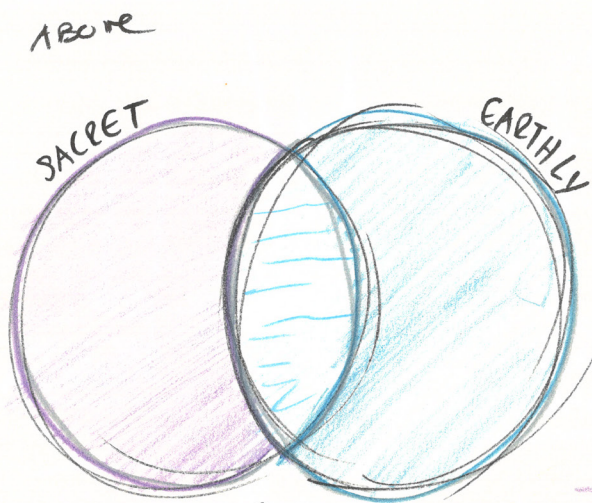
Gebruik water vibratie / beweging als
transformatie licht





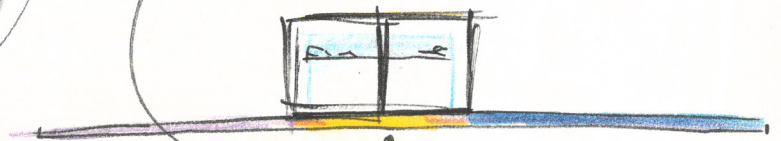
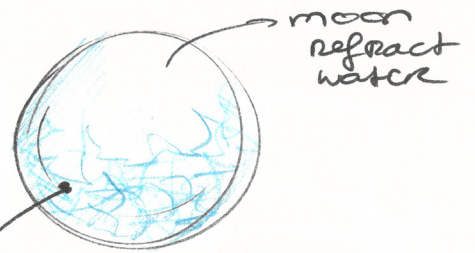
> TE Groot
Waarom ROND?



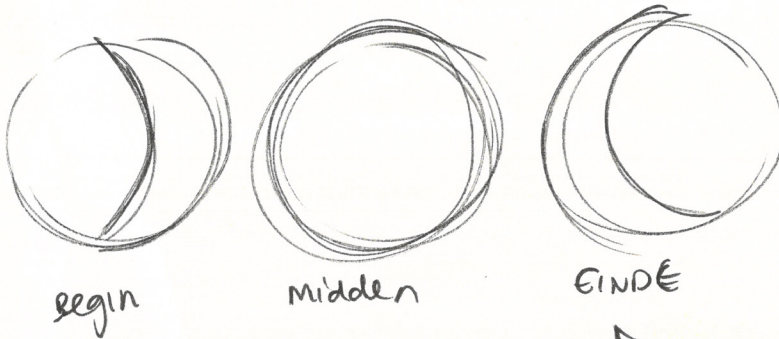


of lightish order
of even... reflect op

SIDE

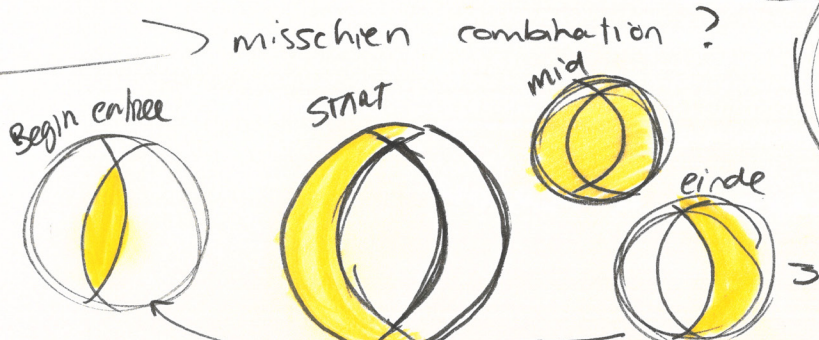


Cyclus tijdens
sessie?



verloop sessie

WICCA SYMBOL



misschien combination?



Witchcraft
in Romania
VICE



volle maan
summer solstice
power to predict future



Campfire =
center.

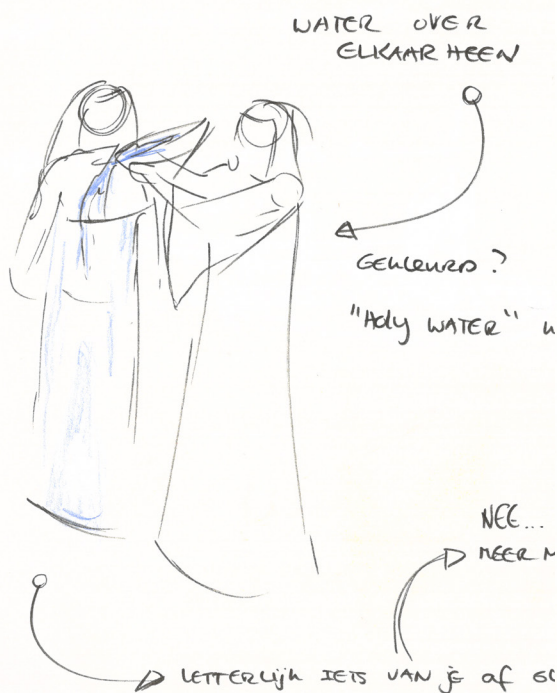


Broom fire
to HUSH AWAY evil

"like fire burns,
so should evil burn,
CHASE IT THROUGH THE WOODS AND HILLS
with all your HEART AND faith."

DRESSED TO IMPRESS
WHEN DOING RITUALS
"WHEN I WEAR SHINY CLOTHES
I SPREAD HAPPINESS,
love and beauty!"
"you have to wear something
like this to attend the ritual."

AANHET EINDE



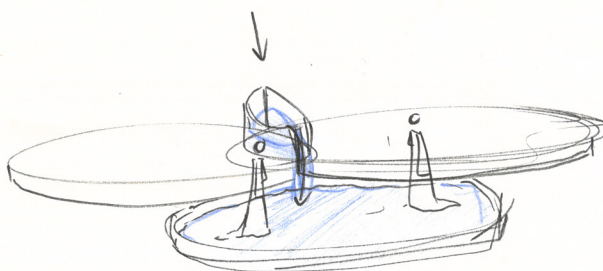
WATER OVER
ELKAAR HEEN

GEWENSD?

"Holy WATER" u

NEE...
NEER N

LETTERLIJK IETS VAN JE OF SI



APPENDIX I

Prototyping

Within this appendix, we delve into the process of prototyping and the insights gained from it.

The pond

As explained in the thesis (chapter 4.4), the pond will resemble the intersection of the symbol vesica piscis, also known as the almond or Mandorla. To be able to prototype this, Construction drawings are made. What should it look like? And how is it going to be constructed? What materials are needed? Based on these, a plan is created. Noteworthy is that the plan was to create a smaller version of the pond to cut costs and to be easier to transport for testing.

The pond exists of a basin, a wooden base in which the basin can be placed, and two rugs that form the circles that intersect where the pond is placed.

The plan was to bend 2 pieces of plexiglass with a heat gun and glue them together with acrifix, however it has proved to be time-consuming and impossible bend two pieces of plexiglass evenly in the same shape with a heat gun (see the image on the right).

The next plan was to start thermoforming plexiglass. The device available was not big enough to create the pond out of one sheet, so a mould was made for half the tub. Two sheets were thermoformed, cut out, glued together and made waterproof with silicon kit (figure).

Next, the base upon which the tub rests needed to be created. The shape of the tub was used to create the arch for the beams. The height for the tub was estimated based on the participants sitting on the floor, wood was cut, sanded, and assembled. Wood seemed a fitting material for the base of the tub, as it references to the idea of wellness and self care as traditional hot tubs are panelled with wood beams. Underneath the tub space was available to be able to fit a (coloured) light underneath (image).

During the drawing phase the idea came to mind that by putting lights underneath the water it should refract light. When we think of self care, we go on a walk in the woods, bathe in a natural spring or stand by the sea and watch the waves wash up on and drift from shore. Incorporating the refraction of water, an element of nature, therefore seems suited for this design.

When the prototype was built, several tests were done to create the refraction. Concluding, the longer the distance from the light source to the

surface of the water, the clearer the refraction. Additionally, the use of one light source allows for a clearer refraction, as two sources makes the refraction pattern intersect on the walls and therefore appear less.

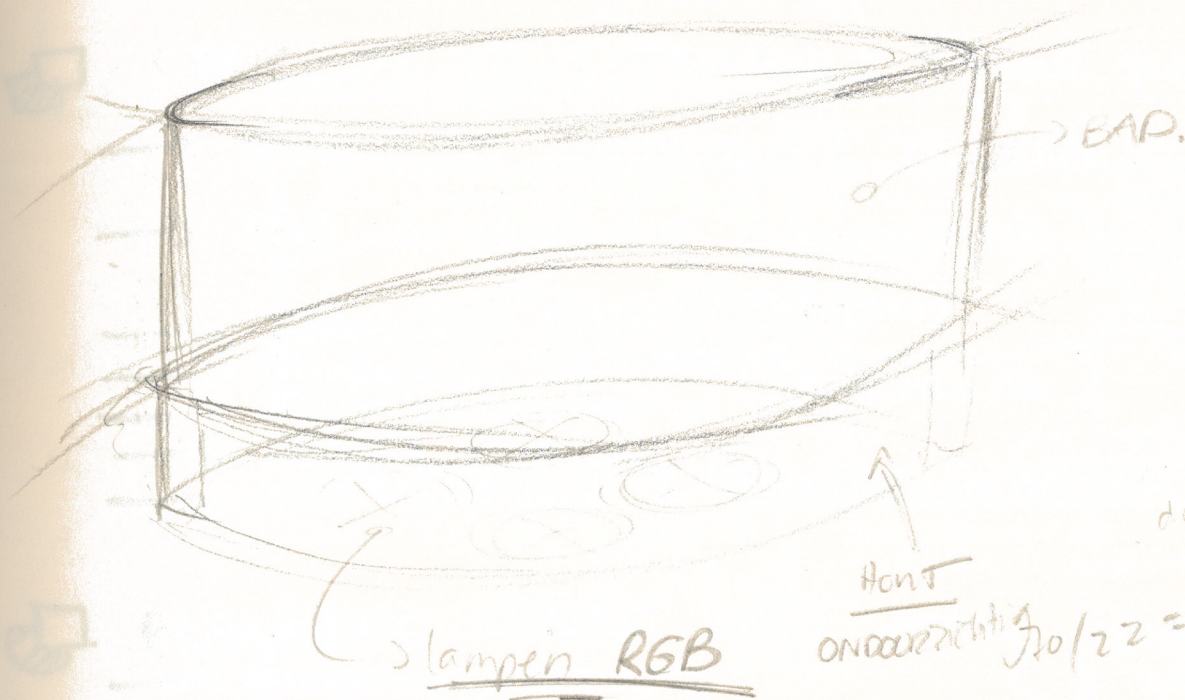
The water in the tub will be brought to and kept on the preferred temperature using a sous vide stick. now or later, depending on the atmosphere.



70 naar 64 in 22
 stappen = 0,3 cm

70 naar 52 = 0,8 cm eef

58	
60	
62	38
64	40
66	42
68	44
70	46
72	48
74	50
76	52
78	54
80	56



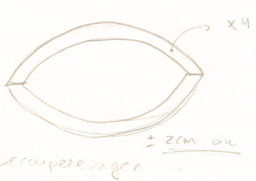
dit laten we
 dan stap

$70/22 = 3,2$

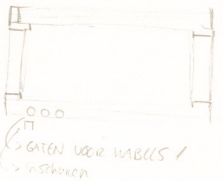
= x cm per plaat

BAK GRAADIER

STAP 1.



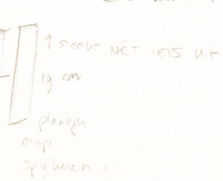
GERAAMTE



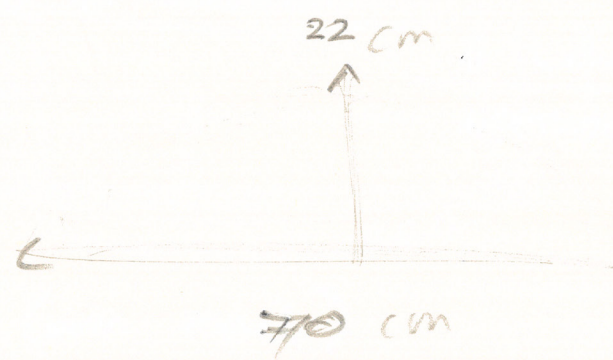
STAP 2



STAP 3

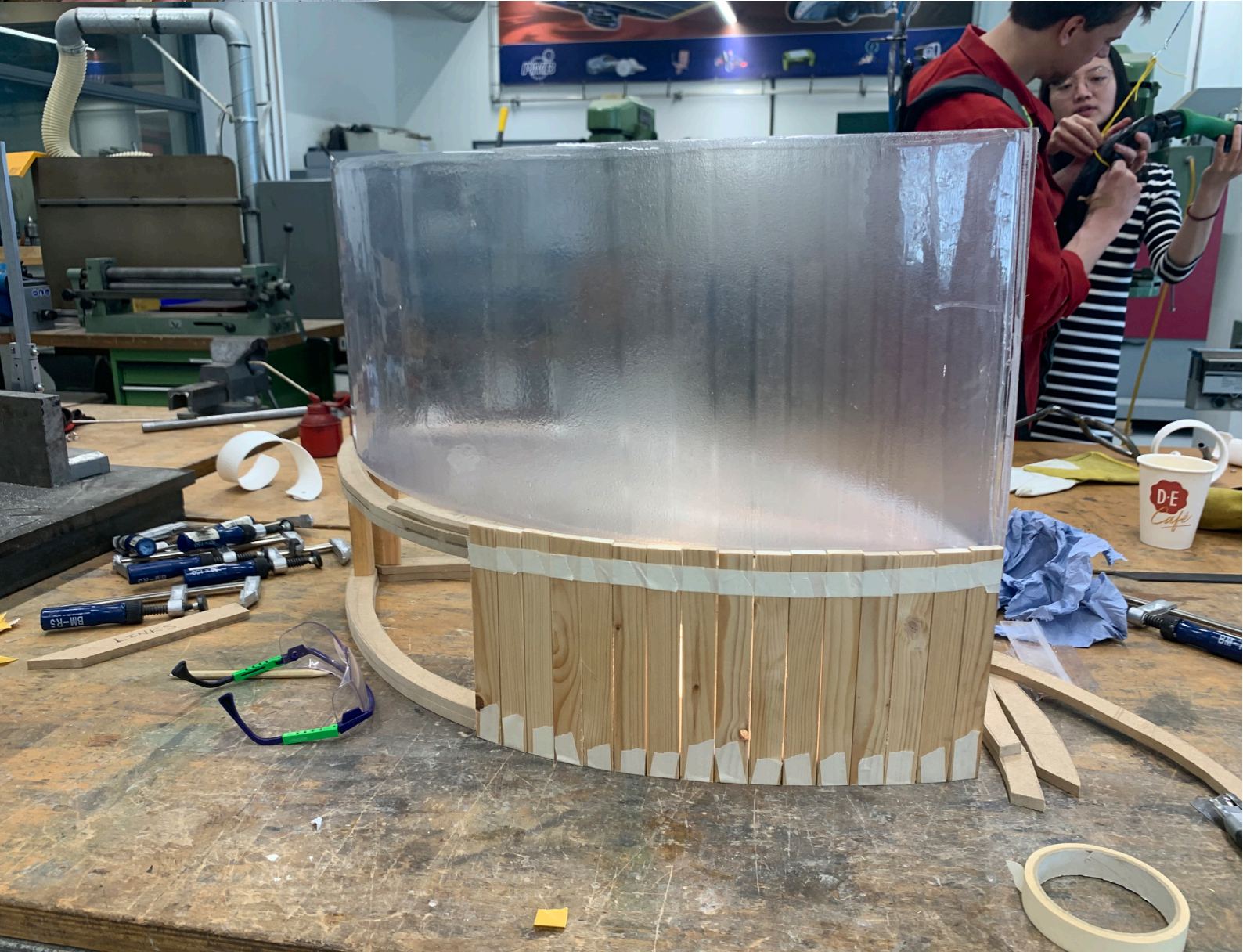
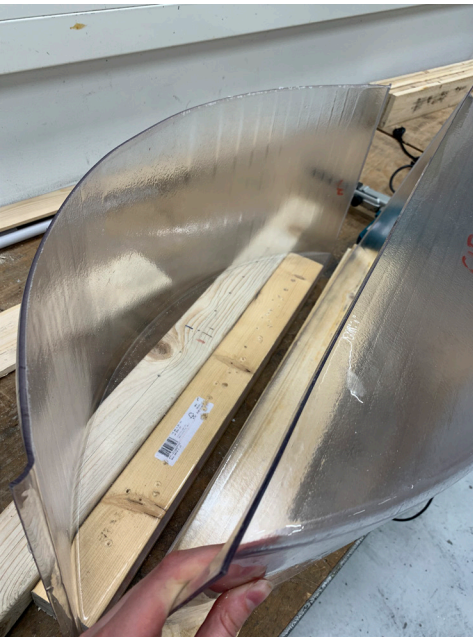


VORMEN



1 cm dik = 22 platen









The stones & cocoon

Guiding stones

The stones used as a tool to create focus on the body need to be able to give of warmth. A logical choice was to buy massage stones in different sizes. When they arrived, due to the amount of time they are able to store and exude warm, the bigger stones were the obvious choice (± 15 min by being in water for ± 25 min of 80 degrees). However, all these stones are shaped in the same form. People are asked to choose their own stone that is personal to them. Then, you need to give option. Later in the design phase soapstone, a type of stone that comes in many colours (gray, white, blue, green and pink) is easily shaped and is known to retain warmth well, was used to create different shapes. Some of these shapes are more organic, whilst others are more symbolic (the intersection of the vesica piscis and a waxing moon shape). The stones vary a bit in size, but are meant to be similar to the biggest massage stone (± 7 cm long, 5cm wide).

Cocoon

The cocoon is assembled through draping and sewing fabric around the lullio of Cacao. Pictures of the draping can be found on the following page.





Costume guide

As part of the design process, we also created the attire for the guide. Striking the right balance between a theatrical yet non-dramatic costume that complements the ritual's essence and avoids cultural appropriation was a quest in finding the right style and fit.

The right style and fit was a more modern combination of a sunset-coloured chiffon pants and top set.

