

Vanished Twin Syndroom nader onderzocht

IN 1945 WERD BEKEND DAT HET AANTAL MEERLINGZWANGERSCHAPPEN GROTER IS DAN HET AANTAL GEBORTEN. EEN TWEELING OF ZELFS EEN MEERLING KAN VERLOREN GAAN TIJDENS EEN ZWANGERSCHAP ZELFS VOORDAT DE MOEDER ZICH BEWUST IS VAN HET FEIT DAT ZE MEERDERE FOETUSSEN DROEG.

Deze aandoening heet het *Vanishing Twin-Syndroom* (VTS). Het is een aandoening waarbij een of meerdere embryo's sterven in de baarmoeder. Ze verdwijnen in het geheel of worden gedeeltelijk weer in het lichaam opgenomen. Vóór de komst van echografie was er weinig bekend over dit verschijnsel. Inmiddels is er meer bekendheid over. Er wordt vaker onderzoek naar gedaan door de gangbare medische wetenschap. Een heel andere wijze van onderzoek naar dit fenomeen vindt plaats binnen de systemische benadering die ontwikkeld is door de Duitse psychotherapeut Bert Hellinger. In deze benadering is een vraagstuk nooit alleen een probleem van één persoon, elk vraagstuk dient onderzocht te worden binnen het systeem waar die persoon lid van is, zoals, bijvoorbeeld, een familie.

Een volwassene kan een gevoel van existentieel gemis ervaren wanneer er sprake is geweest van het *Vanished Twin Syndrom* in de periode dat de moeder in verwachting was. Of dit zo is, kan onderzocht worden vanuit de systemische benadering middels een zogeheten familie opstelling.



Coach *Nienke Binkhorst* vertelt dat zij mensen begeleidt vanuit haar praktijk Coach-Inn in Amersfoort. Mensen komen bij haar met hele diverse vraagstukken. Zij onderzoekt met een opstelling wat er nodig is om een systeem, zoals een familie, weer in evenwicht te brengen.

“Meer dan eens blijkt uit de symptomen die in een opstelling zichtbaar worden, dat er ‘in het grote veld’ iets gemist wordt,” legt de coach uit. *“Het (archetypische) beeld dat zich vervolgens ontvouwt, doet regelmatig vermoeden dat er tijdens de zwangerschap mogelijk een tweede of derde kindje in de baarmoeder aanwezig was.”* Wanneer dit inzichtelijk wordt, geeft dit handvatten en richting voor de begeleiding van deze coachee (*de persoon die zich laat coachen; red.*). De begeleiding is gericht op het brengen van rust en ontspanning voor deze persoon en het systeem waar hij of zij deel van uit maakt.

In dit artikel onderzoek ik drie perspectieven op het verschijnsel Vanished Twin Syndrom: de gangbare medische wetenschap, de systemische visie en een ervaringsverhaal van een vrouw die tweeling is.

HET MEDISCHE PERSPECTIEF

Vanishing Twin Syndroom wordt geschat bij 7 van de 100 zwangerschappen die als meerling begint.

Sinds de intrede van echografie en transvaginale echografie in de vroege zwangerschap wordt het verdwijnende tweelingsyndroom vaker gediagnosticeerd. *Vanishing Twin Syndroom* wordt geschat bij 7 van de 100 zwangerschappen die als meerling begint, waarbij er 1 op de 100 als meerling wordt geboren. Het verlies van een of meer foetussen kan optreden in de vorm van een miskraam, waarvan de moeder op de hoogte is, of in de vorm van vaginale bloedingen of spotting in het eerste trimester zonder medeweten van de moeder. Of dit gevolgen heeft voor de emotionele ontwikkeling van het kind of de kinderen die wel geboren worden, is bij de gangbare medische wetenschap niet bekend. *“Over het leven in de baarmoeder weten we weinig, want we kunnen het baby's niet vragen,”* zegt een gynaecoloog van een universitair medisch centrum: *“Voor het ontwikkelen van bewustzijn en geheugen, heb*

je de grote hersenen nodig en deze zijn onderdeel van het centrale zenuwstelsel. Ze omvatten het grootste deel van de menselijke hersenen. Deze hersenen verwerken impulsen afkomstig van sensorische zenuwcellen en reguleren vrijwillige beweging. Deze worden pas aan het einde van de zwangerschap ontwikkeld, rond de 36e week. Tot die tijd zijn de zenuwcellen nog in ontwikkeling en het aantal verbindingen tussen zenuwcellen onderling is beperkt. Ook de hersenschors is nog niet volledig ontwikkeld. “Het is dan ook niet logisch dat er dan al geheugen is ontwikkeld” stelt deze arts. Echter, er zijn ook aanwijzingen dat baby’s in de baarmoeder een geheugen ontwikkelen. De arts legt uit: “Twintig jaar geleden werden er open-hart operaties uitgevoerd op premature kinderen zonder verdoving, alleen met spierverslappers. Er werd van uit gegaan dat ze geen pijn voelden. Maar naarmate de grens van levensvatbaarheid opschoof daagde het besef dat het wel eens anders zou kunnen zijn. Deze operaties worden nu ook niet meer uitgevoerd.” Daarnaast is bekend dat kinderen die voor de geboorte een prik hebben gehad heftiger reageren op een prik na de geboorte in vergelijking tot kinderen die geen prik hebben gehad in de baarmoeder. “Dat kan betekenen dat er al een soort geheugen opgebouwd wordt,” aldus de gynaecoloog.

SYSTEMISCH WERKEN

Hoewel het nog onontgonnen gebied is wat er precies in de baarmoeder gebeurt tussen tweelingen, en er nog vele vragen onbeantwoord zijn in de medische wetenschap, is de systemische benadering duidelijk over het belang van het erkennen van het kindje, ook al is het heel vroeg in de baarmoeder overleden.

Systemisch gezien hoort iedere conceptie een eigen positie in het systeem te krijgen, ongeacht of deze conceptie ook daadwerkelijk een aards bestaan krijgt of gekregen heeft. “Wordt deze positie niet gegeven, dan komt er gedoe,” legt coach Nienke Binkhorst uit. Het (onbewuste) collectieve weten komt op voor diegene die is buitengesloten. Meestal neemt een andere persoon die taak op zich. Coach: “Het is net als bij een klokkenluider die aangeeft dat er in het systeem iets niet klopt. Er wordt dan middels getoond gedrag aandacht gevraagd voor een ongewenste dynamiek. Dit wordt zichtbaar in de aanwezige (vaak ongewenste) symptomen. De oorzaak van het gedoe blijkt meestal op een andere plek te liggen, dan daar waar het in het systeem tot uitdrukking komt.”

Het systemisch werken is gebaseerd op fenomenologie en dat betekent dat de verschijnselen (fenomenen) laten spreken (logos = woord). Verschijnselen die zich manifesteren, die er zijn, hoeven niet begrepen te worden, maar slechts geaccepteerd. De fenomenologische wijze van waarnemen aanvaardt het grotere geheel; aanvaardt het ‘weten’ zonder te kennen, de ‘wijsheid van onzekerheid’. Dit in tegenstelling tot het wetenschappelijke waarnemen, waarbij men wil weten hoe het zit, de waarheid wil kennen en kunnen controleren middels herhalingsonderzoek. Het ‘systemisch werken’ is een filosofische beschouwingwijze en opstellingenwerk is een methode om hiermee te werken.

OPSTELLINGENWERK

In de systemisch benadering wordt gezocht naar de juiste posities die de leden van een systeem het beste in kunnen nemen, zodat er evenwicht is. Een systeem raakt uit balans als een of meerdere personen niet hun eigen plek innemen. Een coach die systemisch werkt, zal zo de ‘terugkerende’ gedragspatronen onderzoeken. Nienke Binkhorst vertelt hoe mensen bij haar terecht komen. “Iemand komt bij mij met bepaalde verlangens die niet vervuld worden. Het kan gaan over het gevoel niet in de kracht te staan en niet voor eigen belangen of behoeften op te kunnen komen in relaties met anderen, over het leiden van een dubbelleven, het niet lukken om een goede relatie met een partner aan te gaan, of gevoelens als vervloeiing, dissociatie, rusteloosheid of onzekerheid. Meestal ervaart iemand dan een ongewenst patroon in het leven.” Er is sprake van een patroon wanneer bepaald gedrag of bepaalde interacties vaker terugkomen en op meerdere terreinen van het dagelijks leven. De oorzaak is vaak te herleiden naar een bepaalde gebeurtenis in het familiesysteem in de huidige generatie of eerdere generaties. Nienke: “Ik ga in een opstelling het patroon samen met de cliënt onderzoeken. Ik probeer dan de onderliggende dynamiek, met andere woorden, een zich herhalende beweging, boven tafel te krijgen. Ik onderzoek aan welke systeemvoorwaarden niet voldaan is. Hierbij gaat het om de drie systemische wetten: binding, ordening en de balans van geven en nemen.”

Met een opstelling opent zij het veld. Dit veld ontrolt en ontvouwt zich. “Ik laat me in het moment verrassen door datgene wat zich openbaart. De aanwezige symptomen leiden mij naar de dynamiek toe”, legt Nienke uit. Een van de dynamieken is dat er in het systeem een plek leeg

gelaten wordt. Dit betekent dat er iets wordt gemist. Door een representant op die plek neer te zetten kan uitgetest worden of er dan rust in het systeem ontstaat. “Hierbij kan een dusdanig beeld ontstaan dat het doet vermoeden dat er sprake van een *Vanishing Twin* is geweest. Het toont zich dan als een innige (ziels)ontmoeting (een twee-eenheid), vaak gepaard gaande met diepe emoties, zij kunnen elkaar nauwelijks loslaten, zelfs de kleding die de vraagsteller en de ingezette representant dragen kan dan zomaar heel erg op elkaar lijken (terwijl dat eerder helemaal niet opgevallen was),” vertelt de coach. Vervolgens begeleidt zij dit proces verder met behulp van de methodiek van het systemisch werken. Nienke: “Ik doe dan het proceswerk dat nodig is om de systeemverwarringen te ontwarren en alsnog (of weer) aan alle systeemvoorwaarden te voldoen; voorbeelden hiervan zijn: iemand toevoegen, opnieuw een uitreiking maken, werken met verlossende uitspraken.” Het doel hiervan is om oude scripts te herzien (het herijken van de meetlatten), zodat iemand vanuit innerlijke rust en evenwicht nieuwe stappen kan maken.

Bij het begeleiden van mensen die een vraagstuk hebben rondom *Vanishing Twins*, gebruikt de coach niet alleen het opstellingenwerk. Soms is het nodig om iemand op eigen benen te zetten en te laten vertrouwen op eigen draagkracht, begrenzing en autonomie. Nienke: “In mijn begeleiding help ik een coachee door middel van het maken van innerlijke reizen, healing, reading, meditatie, creatieve oefeningen en lichaamsgerichte coaching zoals ademcoaching en het verrichten van haptonomische interventies.” Volgens haar eigen ervaring en inzicht, maakt ze de keuze die het beste past bij de coachee en het vraagstuk. De coach heeft een keuze gemaakt in deze wijze van onderzoek. “Ik richt me in mijn aanpak niet op wetenschappelijk bewijs en wil en kan ook niet aangeven (labelen) wat er precies in de ontwikkeling van deze persoon is gebeurd. Het gaat mijns inziens niet om de waarheid. Ik werk in de coaching met het (archetypische) beeld dat er door het systeem wordt aangereikt en probeer met die informatie om in afstemming met de klant precies datgene te doen wat nodig is om oude cel herinneringen te herprogrammeren, het evenwicht te herstellen en rust te brengen in het systeem.” Hierbij baseert de coach zich op de psychologische ontwikkeling van kinderen. “Als kind maken wij een eigen (overlevings)script op basis van de bij ons bekende gegevens. De vraag is of die berusten op

de werkelijkheid. In een opstelling wordt inzicht verkregen in het ‘beeldmateriaal’ dat verloren is gegaan. Door de puzzel weer compleet of in elk geval completer te maken, kunnen oude overtuigingen herzien en aangepast worden naar de huidige tijd,” legt de coach uit. Dit is doorgaans rustgevend en zorgt op termijn voor nieuwe perspectieven en ander gedrag in het dagelijkse leven. Een voorbeeld hiervan is het verhaal van Gerdien, een vrouw van 49 die een eeneiige tweeling is met haar zus Judith.

Het doel hiervan is dat iemand vanuit innerlijke rust en evenwicht nieuwe stappen kan maken.

VERHAAL VAN GERDIEN

Gerdien: “Ik ervaarde in mijn leven vaak een gevoel van gemis en ben lange tijd zoekende geweest; hoe word ik gelukkig? Ik heb hulp gezocht, therapie gehad en diverse opleidingen over persoonlijke ontwikkeling gevolgd. Toen ik met een nieuwe opleiding, systemisch coachen, begon, las ik een brochure over een specifiek onderdeel van opstellingenwerk: het *Vanished Twin Syndrom*. Ik las dat je in de baarmoeder samen met een ander kindje was, maar dat deze is gestorven in de eerste weken. En dat je als mens op aarde, toch het gemis kan voelen van deze verloren tweelinghelft. Ik herinner mij goed het moment dat ik het las, ik kreeg rillingen en voelde mij diep geraakt. Er was zo veel herkenning van de symptomen; ze hadden zo mijn naam boven de beschrijving van de wijze van leven kunnen zetten, zo sterk was de herkenning. Typische kenmerken zijn namelijk het denken in twee of, in mijn geval, drie. In de tuin zet ik alles in drieën; drie potjes viooltjes naast drie potjes met Asters. En in de zitkamer heb ik drie stoelen tegenover het bankstel en drie stoelen om de eettafel, terwijl we met ons tweeën wonen. Als ik het avondeten voorbereid, zou er altijd een derde persoon aan kunnen schuiven, want ik kook altijd te veel. En ik vervloei makkelijk met een ander, ik kan mij moeilijk afgrenzen. Ik ben dit gaan onderzoeken en heb een opstelling gedaan met deze vraag: was er een derde in de baarmoeder? Uit dit onderzoek bleek dat dit waarschijnlijk zo is geweest. Deze uitkomst gaf mij rust, alsof iets onnoembaars op zijn plek viel. Toen ik het mijn tweelingzus Judith vertelde, reageerde ze nauwelijks. Bij haar riep het geen herkenbaarheid op. Dat vond ik verder niet erg. Je kunt zoiets niet bewijzen. Maar dat het zo zou kunnen zijn is voor mij genoeg. Ik heb toen een ring gekocht die precies weergaf wat er was en voor mij symbool stond: in 1 ring zijn 3 ringetjes en er zitten twee steentjes in. Ik ben er toevallig tegenaan gelopen en voor mij is het de ideale ring. Ik draag deze vaak en graag.”

CONCLUSIE

Als tweelingcoach word ik ook weleens benaderd door personen die een vermoeden hebben dat zij tweeling of meerling zijn geweest ten tijde van de zwangerschap van hun moeder. Ik richt mij, evenals Nienke Binkhorst ook niet op het 'labelen' of iets waar is of niet. Belangrijker vind ik de realiteit van tweelingen zelf: wat is waar en echt voor henzelf? En welke betekenis hechten zij aan deze ervaringen? Een hulpvraag specifiek gericht op het *vanishing twin syndrom*, verwijst ik door naar andere coaches, zoals Nienke Binkhorst. Mijn coaching richt zich met name op vraagstukken rondom 'Wie ben ik? Wat kan ik? Wat wil ik?' Dus in het kort: op het ontwik-

kelen van autonomie. En wanneer tweelingen samen struggles hebben, dan richt ik mijn begeleiding op de ontwikkeling naar een ontspannen en plezierige onderlinge verbinding. De tweelingrelatie is immers één van de meest intieme relaties in het leven. Vanaf het prille begin zijn zij samen in de baarmoeder en dat gegeven op zich is al heel uniek en bijzonder.

Hester van Wingerden
Trainer/coach Tweelingenpraktijk



GEBOREN

Ook voor dit nummer van het Meerlingen Magazine zijn maar twee meerling geboortes binnen gekomen.

Hier verzamelen we al jaren de namen van de kersverse meerlingen. Dat doen we op basis van ingestuurde geboortekaartjes. Die kaartjes zijn vervolgens te zien in plakboeken tijdens de meerlingendagen, maar we zouden er graag meer mee willen doen.

Als u uw kaartje instuurt, geeft u toestemming een scan te publiceren, de privégegevens worden onzichtbaar gemaakt. Zoals voorheen wordt uw kaartje ook opgenomen in onze geboorteboeken en wordt de geboorte van uw kinderen genoemd in het Meerlingen Magazine.

Het adres voor de geboortekaartjes is:

NVOM Geboortekaartjes

Inge Betjes

Schaatsenrijder 75

1562 LH Krommenie.

Emailadres: meerlingengeboren@nvom.nl

Digitale geboortekaartjes zijn ook van harte welkom op meerlingengeboren@nvom.nl. Als u niet uw geboortekaartje wilt opsturen maar het wel leuk vindt als de namen van de kinderen hier in het lijstje komen te staan, kunt u ook een mail sturen naar dit adres. Een foto erbij (minimaal 1 mb) vinden we ook altijd leuk!



NIENE EN JOLIE



JILL EN MEX

GEBOORTEN

TWEELINGEN

01-03-2023

Jill en Mex
Roosendaal

11-05-2023

Niene en Jolie
Amersfoort