

Wat ik zou willen dat mijn werkgever wist

Een fertiliteitstraject stopt niet als de werkdag begint. Veel vrouwen combineren ziekenhuisafspraken, medicatie, wachtweken en soms slecht nieuws met hun werk, vaak zonder dat iemand het ziet. Deze gids is geschreven vanuit hun ervaringen. Niet om te beschuldigen, wel om begrip te geven.

1 Ik weet soms pas kort van tevoren wanneer ik naar het ziekenhuis moet.

Een behandeling volgt mijn lichaam, niet mijn agenda. Een echo of ingreep wordt vaak pas een of twee dagen vooraf ingepland.

2 Een behandeling stopt niet zodra ik weer op kantoor ben.

Hormonen, injecties en bijwerkingen gaan de hele dag mee. Minder energie of concentratie is dan geen gebrek aan inzet.

3 Slecht nieuws kan ik niet altijd thuis plannen.

Een uitslag komt soms per telefoon, midden op een werkdag. Even een moment voor mezelf, of eerder naar huis, maakt dan veel verschil.

4 Ik wil misschien niet aan iedereen vertellen wat er speelt.

Wat ik met jou deel, deel ik met jou. Laat mij bepalen wie het verder mag weten, en hoeveel.

5 Vraag wat ik nodig heb, vul het niet voor me in.

Goedbedoeld ontzien kan ook voelen als buitengesloten worden. Een open vraag werkt beter dan een aanname.

6 Flexibiliteit kan meer verschil maken dan je denkt.

Een afspraak kunnen verschuiven, thuiswerken na een ingreep of een rustigere week tijdens de wachtweken: kleine dingen met grote impact.

7 Ik verwacht niet dat je het oplost.

Wel dat je begrijpt dat het impact heeft, ook op dagen dat je niets aan me ziet.

Wat helpt wel?

Je hoeft geen expert te zijn om een medewerker met een fertiliteitstraject goed te steunen. Deze zes dingen helpen al veel.

Maak het bespreekbaar

Zonder naar medische details te vragen.

"Ik merk dat er veel speelt. Is er iets waarmee ik je kan helpen?"

Spreek een route af voor afspraken

Zodat je medewerker niet elke keer een reden hoeft te geven of een smoes hoeft te verzinnen.

Bespreek wie wat weet

En houd je eraan. Vertrouwen is hier alles.

Check in, kort en zonder druk

Na een ingreep of een moeilijke dag.

"Hoe gaat het vandaag? Je hoeft niets uit te leggen."

Let op de zware momenten

Een zwangerschapsaankondiging in het team, een babyborrel of de vraag "wanneer begin jij eraan?" kan hard binnenkomen.

Weet waar je naar kunt verwijzen

Bijvoorbeeld de bedrijfsarts, een vertrouwenspersoon of HR voor afspraken over verlof.

Goedbedoeld, maar liever niet

- "Ontspan nou maar, dan komt het vanzelf."
- "Je bent nog jong, je hebt alle tijd."
- "Je kunt toch ook adopteren?"
- Het traject ter sprake brengen waar anderen bij zijn.

Meer weten of ervaringen lezen?

Op onze hub vind je artikelen over werk en kindwens, en de verhalen van vrouwen die het kennen.

fertifriend.nl/fertiliteitstraject-en-werk