Betrokken vaderschap begint vóór de geboorte.

Door Inge van der Vies

Gepensioneerd projectcoördinator Humanitas binnen de opvoedthema's
Hulp bij opvoeden? | Humanitas Helpt

Schrijfmentor en auteur van "Was dit het nu allemaal waard?"

E-mail: ingevandervies@outlook.com

Website: www.woordenoverleven.nl

Donderdag 17 September 2026

Ik kreeg onlangs een vraag van Bob de Raadt. Bob is onder andere contextueel hulpverlener en schrijver van het onlinemagazine *"Vaderschapskennis"*[1] Hij is groot voorvechter voor betrokken vaderschap - www.bobderaadt.nl

Toen Bob de Raadt mij vroeg, vanuit mijn eigen levenservaring en mijn autobiografische roman[2], na te denken over vaderschap en vaderschapsparticipatie, was ik in eerste instantie verrast. In mijn roman komt juist het ontbreken van vaderfiguren naar voren.

> "Ook wat je niet hebt gekend in je leven, kan je intrinsiek enorm gemist hebben"

Desalniettemin, of misschien juist wel vanuit die persoonlijke ervaring, heb ik wel uitgesproken ideeën over

[1] www.bobderaadt.nl/vaderschapskennis.php
[2] "Was dit het nu allemaal waard?" Roman over de weg naar het moederschap | Inge van der Vies - Auteur

vaderschap en vaderschapsparticipatie. Want, hoe vreemd het ook mag lijken,

ook wat je niet hebt gekend in je leven, kan je intrinsiek enorm gemist hebben.

Ik merkte dat mijn gedachten allereerst stilstonden bij de vraag: **wanneer begint vaderschap eigenlijk?**

Voor mij begint dat niet bij de geboorte van een kind. Zelfs niet bij de zwangerschap. Het begint al bij de kinderwens en de gezamenlijke keuze voor een kind.

- **Van daaruit kom ik tot zes aandachtspunten.**

1. Bewustwording

Wil jij eigenlijk kinderen?

Een heel normale en legitieme vraag die geliefden aan elkaar stellen in het begin van hun relatie. Even aftasten hoe de ander erin staat, want als je daarin niet op één lijn zit, heeft samen verdergaan, hoe stapelgek je ook op elkaar bent, weinig zin. Een compromis sluiten in deze kwestie is gedoemd te mislukken. Dat moet je niet willen.

Tot zover zijn we ons meestal behoorlijk bewust van het gewicht van de keuze voor kinderen en het stichten van een gezin. Maar daarna valt het gesprek vaak stil. Terwijl het heel zinvol is om samen verder te brainstormen: hoe zouden wij ons toekomstige gezin eigenlijk willen organiseren? Schrijf je plannen op, zodat ze niet in de vergetelheid raken, je er later nog op voort kan borduren, maar ook dat het niet een vrijblijvend gesprekje is geweest.

> “Als iemand vraagt: *‘Hoe gaan jullie dat straks eigenlijk doen?’*, hoor je nog veel te vaak: *‘Ach, dat zien we tegen die tijd wel weer”*

Kijk, als je samen een Bed & Breakfast wilt beginnen, maak je ook een ondernemersplan. Je denkt na over financiën, taakverdeling, beschikbare tijd, verantwoordelijkheden en wat je van elkaar verwacht. Dit zet je ook op papier! Waarom doen we dat dan zo weinig bij misschien wel de meest ingrijpende gezamenlijke onderneming van ons leven?

Dus, misschien zouden we daar eens moeten beginnen.

2. Verantwoord ouderschap

De keuze voor een kind betekent wat mij betreft ook dat je samen verantwoordelijkheid neemt voor de consequenties van die keuze. Niet alleen financieel, maar juist ook in tijd, aandacht, zorg en betrokkenheid. In mijn roman zijn de gevolgen te zien van wat ik noem 'onverantwoord ouderschap' De invloed van opgroeien in onveiligheid en de blijvende sporen daarvan in het volwassen leven.

'Wij zijn zwanger.'

Je hoort het gelukkig steeds vaker, al wordt er soms nog een beetje lacherig over gedaan. Wat mij betreft mag dat lacherige eraf.

"Verantwoord ouderschap vraagt ook om maatschappelijke voorwaarden die het mogelijk maken die verantwoordelijkheid aan te gaan en daadwerkelijk te dragen"

Natuurlijk is de vrouw zwanger en heeft ieder zijn eigen biologische rol. Maar moeder en vader worden wel sámen ouder. Beiden bereiden zich voor op de komst van hun kind én op hun eigen transformatie naar het ouderschap[3].

Mijn eigen levensgeschiedenis en mijn zoektocht naar de oorsprong van mijn sterke kinderwens, zoals beschreven in mijn autobiografische roman "Was dit het nu allemaal waard? , hebben mij misschien wel extra bewust gemaakt van de enorme betekenis van ouderschap. Een kind krijgen is niet iets wat je overkomt, omdat kinderen je wel leuk lijken. Je neemt de verantwoordelijkheid op je voor de ontwikkeling van een nieuw mens.

- Daar mag best wat bewuster over worden nagedacht.

Verantwoord ouderschap vraagt ook om maatschappelijke voorwaarden die het mogelijk maken die verantwoordelijkheid aan te gaan en daadwerkelijk te dragen.

Daarom zou kinderopvang wat mij betreft veel meer geïntegreerd mogen worden in ons onderwijssysteem: een door de overheid verankerd recht waarop ouders kunnen rekenen en bouwen. Vrij en gratis toegankelijk voor ieder kind tot aan de leerplichtige leeftijd.

Dat zou enorm veel organisatorische en financiële stress bij ouders én wensouders kunnen wegnemen. Want natuurlijk telt de financiële haalbaarheid mee wanneer mensen nadenken over het stichten van een gezin. Bovendien kan toegankelijke kinderopvang ook bijdragen aan het verkleinen van kansenongelijkheid en bevolkingsgroei.

[3] Matrescentie (de transitie naar moederschap) en patrascentie (de transitie naar vaderschap).

3. Volwaardige gelijkheid in het zorgaanbod voor vader en moeder

Als we willen dat vaders werkelijk betrokken zijn, zullen we hen ook vanaf het eerste moment als **volwaardige ouder** moeten benaderen.

En daar valt nog een wereld te winnen.

Aanstaande vaders worden nog te vaak aan de zijlijn gezet. Of ze gaan daar, soms wat ongemakkelijk, vrijwillig staan. Alsof hun rol vooral bestaat uit meegaan naar de echo, een hand vasthouden tijdens de bevalling en praktische ondersteuning bieden aan hun zwangere partner.

- Vaderschap is meer dan ondersteuning bieden aan het moederschap.

Dat vraagt ook iets van de gezondheidszorg, geboortezorg, kraamzorg, wijkteams, het sociaal werk en de pedagogische hulpverlening. Spreek de vader (als man) rechtstreeks aan. Betrek hem. Vraag naar zijn ervaringen, onzekerheden en verwachtingen. Zie hem niet alleen als partner van de zwangere vrouw, maar als iemand die zelf ouder wordt.

Volwaardige gelijkheid betekent voor mij niet dat vader en moeder hetzelfde zijn of hetzelfde moeten doen. Het betekent wél dat beiden serieus worden genomen in hun eigen rol en verantwoordelijkheid als ouder.

4. Educatie gericht op de aanstaande vader

Daar sluit een specifiek aanbod voor aanstaande vaders direct op aan.

Niet alleen informatie over hoe hij zijn zwangere partner kan ondersteunen, welke praktische zaken geregeld moeten worden en wat hij tijdens de bevalling kan doen. Natuurlijk is dat allemaal nuttig.

Maar bereid hem óók voor op wat er met hém gebeurt.

> **“Patrascentie**. De psychologische, biologische en sociale transitie naar het vaderschap. De ingrijpende identiteitsverandering die een man kan doormaken wanneer hij vader wordt”

Er bestaat een prachtig woord voor: **patrascentie** [4]. De psychologische, biologische en sociale transitie naar het vaderschap. De ingrijpende identiteitsverandering die een man kan doormaken wanneer hij vader wordt.

- Over die verandering horen en leren aanstaande vaders nog veel te weinig.

Sommige mannen denken dat hun echte rol pas begint na de geboorte. Of misschien zelfs pas wanneer hun kind wat ouder wordt en ze er daadwerkelijk iets mee ‘kunnen’. Maar tegen de tijd dat de peutertijd aanbreekt, zijn die zo belangrijke eerste 1000 dagen al voorbij.

[4] Zie op www.bobderaadt.nl/patrascentie.php

Waarom ontwikkelen we daarom niet veel meer laagdrempelige voorlichting, educatie en begeleiding die specifiek op mannen is gericht?

Geboortezorg, kraamzorg en wijkteams kunnen daarin een rol spelen, maar ook maatschappelijke organisaties. Ik zie bijvoorbeeld zomaar een mooi nieuw project binnen een landelijk opererende organisatie als Humanitas voor me Home Start).

Niet als cursus *'hoe help ik mijn vrouw tijdens haar zwangerschap?'*, maar als voorbereiding op: **ik word vader. Wat betekent dat eigenlijk voor mij?** Veel informatie en inspiratie is al te vinden op: **Expertisecentrum Vaders – Ieder kind verdient een betrokken vader**

5. Verandering van mindset bij werkgever én werknemer

Kinderen en gezin zijn geen exclusieve privézaak.

Als werkgever wil je graag fitte en vitale werknemers. Ook wanneer zij vader of moeder worden. Ja, zwangerschaps-, geboorte- en zorgverloven geven organisatorisch gedoe. Ze kosten tijd en geld. Maar een waardevolle werknemer die uiteindelijk met een burn-out uitvalt, is ook kostbaar.

- Daarom zou ik graag een andere mindset zien.

> "Het grootbrengen van een nieuwe generatie zou zomaar de meest waardevolle en betekenisvolle bijdragen in je leven kunnen zijn.

Creëer binnen organisaties een sfeer waarin aanstaand ouderschap oprecht wordt gevierd. Laat niet onmiddellijk de zorg *'O jee, hoe moet dat straks allemaal met het werk?'* de boventoon voeren.

Ga eerst eens één-op-één het gesprek aan.

Vraag een aanstaande vader of moeder: *Hoe wil jij het ouderschap straks het liefst, met je werk gaan combineren? Wat zou je graag willen? Waar verwacht je tegenaan te lopen?* Onderzoek vervolgens samen wat mogelijk is binnen de functie en het bedrijf. Maak daar een plan voor. Bespreek dat waar nodig ook met het directe team, zodat iedereen weet waar hij aan toe is.

Maar bij een veranderende mindset hoort wat mij betreft óók de werknemer zelf.

En daarmee snijd ik waarschijnlijk een gevoeliger punt aan.

Er is veel discussie over de zwangerschapsboete, afnemende carrièrekansen en financiële achteruitgang. Ik ontken absoluut niet dat die werkelijkheid bestaat en dat vooral vrouwen daar nog altijd de gevolgen van ondervinden.

Maar ik zou er óók eens vanuit een andere invalshoek naar willen kijken. Niet alleen als werknemer, maar vooral als aanstaande ouder.

Ouderschap heeft nu eenmaal geen financiële waarde. Niet alles in het leven is uit te drukken in geld. Misschien moeten we dat idee soms even helemaal loslaten.

Ouderschap is óók vooruitgang. Een verrijking van je leven. Een ontwikkeling die betekenis, ervaring en wijsheid kan brengen.

Vanuit die invalshoek ben je misschien ook bereid in dat ouderschap te investeren. In tijd. In aandacht. In betrokkenheid en verbinding.

Want het grootbrengen van een nieuwe generatie zou zomaar de meest waardevolle en betekenisvolle bijdragen in je leven kunnen zijn.

Misschien past een maximale carrièrefocus daar gedurende een bepaalde levensfase dan wat minder goed bij.

En die vraag geldt wat mij betreft nadrukkelijk voor **vaders én moeders**.

6. Neem de vierdaagse werkweek serieus in overweging

Daarmee kom ik vanzelf bij mijn laatste punt: de vierdaagse werkweek.

Ik denk dat die mogelijkheid veel meer aandacht verdient in de discussie over betrokken ouderschap.

Wanneer beide partners minder uren werken, wordt de traditionele dynamiek van de hoofdkostwinner minder vanzelfsprekend. Er ontstaat meer ruimte om zorg en verantwoordelijkheid werkelijk samen te verdelen.

“Dat kan niet alleen de betrokkenheid van vaders vergroten, maar ook de economische positie van vrouwen versterken”

Dat kan niet alleen de betrokkenheid van vaders vergroten, maar ook de economische positie van vrouwen versterken.

Bovendien betekent meer uren werken niet automatisch dat iemand ook meer of beter presteert.

Voor steeds meer mensen draait een goede baan niet alleen om salaris, status of carrière, maar ook om een heel andere vraag:

Hoeveel leven blijft er naast mijn werk nog over?

Misschien moeten we daarom ook onze definitie van succes, groei en welzijn opnieuw tegen het licht houden. Niet alleen meten hoeveel uur iemand aanwezig is of hoeveel iemand verdient, maar ook kijken naar wat iemand bijdraagt aan zijn gezin en uiteindelijk aan de samenleving.

Want als we werkelijk vinden dat betrokken vaderschap belangrijk is, kunnen we niet tegelijkertijd een samenleving in stand houden waarin vaders alle ruimte krijgen om te werken, maar veel minder vanzelfsprekend de ruimte krijgen om te zorgen.

Betrokken vaderschap begint daarom wat mij betreft niet met de vraag:

Hoe krijgen we vaders zover dat ze meer gaan zorgen?

Maar met het beantwoorden van een andere:

Wat moeten vaders, moeders, werkgevers, professionals én overheid veranderen om ervoor te zorgen dat vader en moeder vanaf het allereerste begin werkelijk samen ouders kúnnen zijn?

Bronnen/referenties:

- **www.vaders.nl**
- **Hulp bij opvoeden? | Humanitas Helpt De Eerste 1000 Dagen | De Basis voor een Gezond Leven**
- **Autobiografische Roman over Persoonlijke Groei | Inge van der Vies - Auteur Bob de Raadt | Home** -> *"Was dit het nu allemaal waard?"*
– www.bobderaadt.nl