

## Corben, zoon, een vroeggeboorte. Vaderschap in ontwikkeling

Versie: 24-01-2022.

### Inleiding

Op 2 augustus 2021 is Corben geboren. Met 11 weken te vroeg was dit een spannende start en een snellere start van het ouderschap dan ik eerste instantie verwacht had. Door deze vroege start heb ik o.a. de hulp van maatschappelijk werk van het Erasmus MC Sophia geaccepteerd, met dit interview tot gevolg.

### Interview

- Hoe was het voor jou om vader te worden (eigen verwachtingen; betekenis voor jouzelf, vanuit jouw eigen 'vaderbeeld'; "wat voor vader wil je zijn?", vanuit eigen levenservaring(en)

Al enige tijd heb ik deze vragen om te beantwoorden, vragen die mij doen denken over het vaderschap. Hoe stond ik er in, hoe sta ik er nu in en hoe kijk ik daar naar vooruit?

Toen eind februari 2021 bleek, dat mijn vriendin zwanger was, kwam het eerste moment dat er stil gestaan moest gaan worden bij ouderschap. Dit leek mij iets waar ik nog niet klaar voor was.

Aangezien ik net aan het begin van mijn carrière stond en uit een gezin kwam waarvan de ouders in een vechtscheiding uit elkaar zijn gegaan. Hierdoor had ik geen contact met mijn vader en zeker niet over dit onderwerp.

Naar mate de maanden vorderden was het onderwerp dat mijn vriendin zwanger was en dat wij toekomstige ouders waren, iets wat we niet veel bespraken. Veel mensen in mijn omgeving wisten heel goed adviezen te geven, maar het bleef spannend. Zo was het nodig om een ander huis te vinden en ben ik in de tussentijd nog een keer van baan gewisseld.



Voor de 24<sup>ste</sup> week van de zwangerschap, was het belangrijk dat de ongeboren vrucht welkend werd, zodat wanneer hij geboren zou worden, het aangeven bij de gemeente welgedaan kon worden. Dit alles was sneller dan verwacht, na een spannende ochtend en overgeplaatst te zijn van ziekenhuis, was het een spannend weekend van de bevalling. Alles ging ineens in vogelvlucht en we moesten beiden accepteren, dat wij eerder dan verwacht ouders zouden worden. Na een weekend in het ziekenhuis, was het in de nacht van 1 op 2 augustus zover, Corben was geboren en er moest van alles geregeld worden. Voor de gemeente, voor mijn werk en er moest uiteindelijk nog verhuisd worden. Dit alles, terwijl we heen en weer pendelden tussen het ziekenhuis en huis.

Na de geboorte hebben we 2 maanden te maken gehad met ziekenhuisbezoeken. In deze periode hebben we 3 verschillende ziekenhuizen gezien. Naarmate deze periode vorderde mochten we steeds meer doen in de verzorging: van het verschonen van een luier als uiteindelijk ook voedingen geven. Dit soort momenten gaf voor ons een ouderschapsmomentje net als de buidelmomenten. Inmiddels is Corben al langere tijd thuis, hierbij zijn we ons zelf steeds meer ouder gaan voelen en nemen daar onze verantwoording in.

Mijn beeld van vaderschap is in de afgelopen periode dan ook flink veranderd, zo heb ik inmiddels ook meer geaccepteerd dat ik niet alles hoeft te weten en te kunnen. Naar mate de tijd daar komt, hoop ik met gezond verstand en genoeg vertrouwen als vader op te kunnen treden. Om mijn zoon goede normen en waarden mee te geven en voor te bereiden op zijn toekomst.

- Hoe heb je je voorbereid op het vaderschap (boek gelezen? welk boek/welke boeken (titels vermelden), via google, praten met andere mannen/vaders, ..... ????); qua praktische zaken (babyspullen aanschaffen; inrichting babykamer; naam uitzoek e.d.)

Mijn voorbereiding op het vaderschap bestond veel uit het ontkennen in het begin en uiteindelijk met verschillende mensen in en rondom mijn familie te spreken. Zo zijn mijn zus en zwager waardevolle mensen in mijn omgeving geweest, om over dit onderwerp te spreken. Ook andere familieleden en vrienden brachten dit onderwerp zo nu en dan op, waardoor ik kon reflecteren op mijn beeld op vaderschap.

Van verschillende mensen kreeg ik hiernaast ook boeken aanbevolen om te lezen,

1. Help ik heb mijn vrouw zwanger gemaakt – Kluun
2. Zwangerschapsmanagement voor mannen – Henk Hanssen & Lonneke Kranendonk

Ondanks dat ik deze boeken op mijn nachtkastje had liggen, was ik in nog geen van deze boeken begonnen met lezen. Alle boeken heb ik doorgebladerd, zonder nog daadwerkelijk goed te lezen. Mogelijk dat deze boeken voor andere vaders waardevol kunnen zijn.

In de maanden van de zwangerschap moesten we hiernaast ook wat praktische zaken regelen. Zoals spullen voor een baby kamer, maar ook een kinderwagen en babykleertjes. Gelukkig waren er verschillende mensen in onze omgeving die net kinderen hadden gekregen of net uit de babyfase van hun kinderen kwamen. Op deze manier hebben we veel spullen van verschillende mensen over kunnen nemen.



Figuur 1 Voor het eerst een flesje geven in het ziekenhuis

- Hebben jullie het onderling (Neline en jij) er vaak over gehad: over vaderschap/moederschap/ouderschap? Het onderwerp van ouderschap was niet een veel besproken onderwerp voor ons tijdens de zwangerschap. Ondanks dat er wel onderwerpen waren die we moesten bespreken. Zo was het vinden van een naam een grote uitdaging, het weekend voor de geboorte van Corben hadden we pas zijn naam gevonden, waarbij wij beiden het er over eens waren. Inmiddels bespreken we verschillende dingen rondom de verzorging en de opvoeding van Corben. Hier zullen we nog verschillende keuzes in moeten gaan maken, maar samen met Neline en de steun van familie moet dit alles goed komen.

- Van wie heb jij een goed voorbeeld gekregen als 'papa'?

Als ik moet denken aan een voorbeeldmodel van een vader, komt de gedachten aan mijn zwager naar boven. De vader van mijn twee neefjes en nichtje. Dit is een zorgzame vader, die goed en rechtvaardig voor zijn kinderen zorgt. Maar ook nog tijd weet te behouden voor zijn eigen hobby's.

- Hoe was voor jou de overgang van 'nog-geen-vader' naar all-in vaderschap? Hoe heb jij je aangepast aan de nieuwe situatie; hoe ingevoegd? Hoe ging dat op emotioneel vlak?

De verandering van 'nog-geen-vader' naar all-in vaderschap, was er één waar ik nog niet op was voorbereid. Hierdoor was het voor mij dan ook een emotionele rollercoaster, waarbij er veel nieuwe indrukken in een korte tijd op me afkwamen. De eerste 2 maanden in het ziekenhuis, gaven voornamelijk in het ziekenhuis momenten van vaderschap. Daarbuiten om voelde het heel onwerkelijk. Toen Corben eenmaal thuis was, nam dit veel meer vorm aan en zijn de momenten van knuffelen en voeden van Corben heel waardevol.

De emotionele rollercoaster is inmiddels ook op een stabiel niveau, alle gebeurtenissen lijk ik steeds meer een beter plekje gegeven te hebben. Komende periode hoop ik ook te kunnen genieten van de kleine en grote momenten die ik mee mag maken als vader en individu.



Figuur 2 Corben mag na 2 maanden ziekenhuis mee naar huis

- Hoe heb jij je vaderschap verder ontwikkeld na de geboorte van Corben? Door welke ervaringen? Door welke gesprekken? Door welke gedachten? Hoe kijk je terug op de bevalling?

Ik blijf mij ontwikkelen als vader door gesprekken met Neline over de zorg voor Corben, maar ook door gesprekken met andere familieleden. Ook door steeds meer tijd met Corben door te brengen en hem steeds beter te leren kennen. De bevalling was een situatie die we niet voorzien hadden, waarbij er momenten waren dat het zenuwslopend werd, maar ook momenten die even wat rust gaven. Zo vond ik het belangrijk om de wensen van mijn vriendin voor ogen te houden en dat beiden het goed zouden maken.

- Hoe omschrijf jij nu jouw vaderschap? (beleving, qua acties/handelingen)

Mijn vaderschap omschrijf ik als een leerproces van het leren kennen van Corben en van mezelf als Vader. Met als motivatie een goede vader te zijn en te zorgen dat Corben en Neline het beide goed maken en zich

geen zorgen hoeven maken. Zo probeer ik de financiële situatie stabiel te krijgen, er voor ze te zijn, Neline tijd voor zichzelf te geven, zelfs als het met mij niet zo goed gaat. Ook probeer ik iedere dag te starten met het wakker maken en de ochtendfles geven aan Corben. Ook probeer ik 's avonds vaak met hem te knuffelen en de tijd te nemen om met hem te kletsen.

- Wat betekent 'buidelen' voor jou? En als jij Neline ziet buidelen met Corben?

Buidelen betekent een contactmoment met Corben, dit zijn waardevolle momenten die je door kan brengen met je eigen zoon(tje). Dit zijn ook de eerste momenten dat je een band kan opbouwen. Als Neline buidelt dan voel ik een zekere trots, Corben is voor ons een doorzetter en een overlever. Waar we heel trots op zijn en waarvan we graag willen genieten.

- Hebben jullie een taakverdeling gemaakt als ouders (als moeder, als vader)? Hoe geven jullie daar nu vorm aan?

Afgelopen weken was de ochtendvoeding van 6 uur voor mijn rekening, dit zodat ik ook een moment met Corben heb. Overdag ben ik aan het werk, waardoor de zorg dan voornamelijk op Neline aangewezen is. Zodra ik terug ben van werk, wisselen we de verschillende taken af. Zo verschonen we beiden luiers, geven allebei voeding en geven we beiden schone kleren aan Corben als het moet.



*Figuur 3 Buidelen met Corben was altijd bijzonder*

- Hebben jullie hulp in kunnen schakelen vanuit jullie familienetwerk?

In de periode net na de bevalling hebben we veel hulp gehad van vrienden, familie en kennissen. Dit waren soms simpele dingen als het bereiden van een maaltijd en/of mee nemen van boodschappen. Dit gaf ons meer tijd om door te brengen met Corben. Maar ook als we even mentale support nodig hadden of gewoon iemand om even mee te praten waren onze familie en vrienden bereid om er voor ons te zijn.

- Maken jullie gebruik van (een vorm van) professionele (geboorte)zorg?

In de eerste week na de geboorte hadden we een aantal uur kraamhulp, dit was ook een stukje mentale support. Veel dingen over de verzorging hebben we dan ook meegekregen in de verschillende ziekenhuizen, hierbij ondersteunde de verpleegkunde ons goed. Waardoor we snel veel verschillende dingen konden doen qua verzorging.

Aangezien Corben te vroeg geboren is doen we ook mee met een TOP fysiotherapie<sup>1</sup> programma, hierbij komt om de 3 weken een fysiotherapeut langs die ons tips geeft voor de ontwikkeling van Corben. Ook de verschillende doktersbezoeken en controles zijn nog onderdeel van de ondersteuning van de ontwikkeling en verzorging van Corben.

- Welke afspraken heb jij gemaakt/kunnen maken met jouw werkgever t.a.v. afwezigheid en verlof? Hoe liep dat contact? Hoe liep het contact met collega's?

In het begin leek het er op dat ik geen aanvullend geboorteverlof<sup>2</sup> op kon nemen. Hierbij heeft familie veel gedaan om mij over te halen en ons (financieel) te steunen, waardoor dit

<sup>1</sup> Bij Topfysio staat de combinatie van het verbeteren van de spierkwaliteit en het verhogen van de belastbaarheid door training centraal. <https://www.topfysio.nl/algemene-informatie/werkwijze/>

<sup>2</sup> - <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/geboorteverlof-en-partnerverlof/geboorteverlof-voor-partners> - <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/geboorteverlof-en-partnerverlof/vraag-en-antwoord/aanvullend-geboorteverlof-aanvragen>

toch mogelijk werd. Vlak na de geboorte kreeg ik de ruimte om, in overleg, aanwezig te kunnen zijn bij doktersafspraken in het ziekenhuis. In samenspraak met mijn leidinggevende heb ik alsnog 3 weken verlof in kunnen plannen, nadat Corben is thuisgekomen.

- **Wat betekent Corben nu voor jou?**

Corben betekent een klein wonder voor mij. Een avontuur, een taak, een verantwoording. Corben betekent iemand om van te houden en voor te zorgen om wie hij is en wat hij doet. Corben betekent ook een levensverandering, qua wensen en doelen en hoe deze te bereiken. Corben betekent ook een stukje rust nemen.

- **Benoem jouw sterke kanten als vader.**

Dit vind ik een lastige vraag. Als ik voorgaande antwoorden teruglees, komt er zorgzaamheid en verantwoording naar voren, maar ook het geven van ruimte aan Corben om nieuwsgierig te zijn en te ontwikkelen. Antwoord Neline: Rust voor Corben, tijd nemen om te knuffelen en kroelen. Sterke armen die hem altijd zullen vasthouden. Maar ook iemand die motiveert om je eigen ding te doen en nieuwsgierig, leergierig en zorgzaam te zijn.



Figuur 4 Corben voorstellen bij zijn grootouders

- **Wie is daarbij jouw grootste inspiratiebron (een persoon, een tekst, een verhaal, .....)?**

Op het moment heb ik geen inspiratiebron. In de aanloop naar vaderschap toe heb ik een voorbeeld gehad aan mijn zwager. Nu vind ik steeds meer mijn eigen weg in het vaderschap onder het motto: Here and now, just breath and relax. Een uitspraak die gedaan is door Dan Millman een schrijver van het boek 'A peaceful warrior'<sup>3</sup>. De uitspraak heeft hij gedaan bij een Ted talk: <https://www.youtube.com/watch?v=MDL85fzdc1g>

- **Heb je een advies voor andere (aanstaande) vaders?**

Wees niet bang om fouten te maken, zolang je samen met je partner de hindernissen van het ouderschap tegemoet treedt, kun je de uitdagingen van het ouderschap aan. Aarzel niet om hulp in te schakelen van vrienden en familie en professionals, zoals maatschappelijk werk voor een gesprek of praktische hulp. Vele vaders zijn je hierin voor gegaan en vele vaders zullen je hierin volgen. In alle hectiek rondom alles regelen voor het kindje, vergeet ook niet te genieten van de grote en kleine momenten met je kind en je partner.

**Wat je verder nog wilt vertellen > tips, ervaringen e.d.!**

Tijdens het invullen van deze vragenlijst, kijk ik terug op een hectische tijd. Gelukkig gaat het goed met Corben. Hij eet, groeit en slaapt goed. Ondanks dat ik dit een jaar geleden niet zo voorzien had, wil ik mij wel inzetten om een goede vader te zijn. Zelfs als ik daarin geen voorbeeld kan nemen aan mijn eigen vader. Uiteindelijk kan iedereen een goede vader worden, zolang ze er de tijd en energie in willen steken om het kind een goede basis en normen te waarden mee te geven.

<sup>3</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Way\\_of\\_the\\_Peaceful\\_Warrior](https://en.wikipedia.org/wiki/Way_of_the_Peaceful_Warrior)

**Literatuur:**

- Hanssen, Henk & Lonneke Kranendonk (2010) *Zwangerschapsmanagement voor mannen* – Uitg. Ikvader Boeken; 376 pag.
- Kluun (2008) *Help ik heb mijn vrouw zwanger gemaakt* - Uitg. Podium; 144 pag.
- [www.bobderaadt.nl/vaderschap](http://www.bobderaadt.nl/vaderschap)

*Figuur 5 Ons gezin, aan de start van het avontuur van ouderschap*

