

# Neem die vaders nou eens serieus



Het is goddomme weleens tijd voor gelijkwaardig ouderschap. Alleen is er één probleem, schrijft **Sonja Alferink**. Dan moeten we vaders ook als gelijken behandelen. En dat doen we niet.

## Zwanger zijn en kinderen krijgen is niet geil, niet stoer, en eigenlijk niets voor mannen

'Papa schroeft de zorg voor de kinderen weer terug,' kopte *Het Parool* deze lente. De lockdown begon zo hoopvol, maar inmiddels verdelen mama en papa 'de kinderen' weer net zo ongelijk als voor de coronacrisis. En dus wijzen we klagend en moppend naar mannen. Het is 2021 en we willen goddomme gelijkwaardig ouderschap! Vaders die hun hand niet omdraaien voor de zoveelste poepluier. Moderne mannen, die net zo genieten van de balletles van de jongste als van hun biertje in de kroeg. Weg met die traditionele rolpatronen. Weg met de man die op zondag het vlees snijdt. Klaar met vaders die 'het hebben geprobeerd' maar voor wie een papadag 'in de praktijk gewoon niet werkt'. Komt alles wéér op moeder de vrouw aan.

Er is alleen één probleem. Als we echt gelijkwaardig ouderschap willen, moeten we vaders ook als gelijken behandelen. En dat doen we niet. Al vanaf het prille begin niet.

'Beste Jan, als aanstaande vader wil je niet alles in dit boek lezen,' schrijven de vrouwelijke auteurs van het ouderschapsboek *Buskruit met muisjes*. 'Soms is het beter om onwetend te blijven,' vervolgen de dames hun betoog. Pats. Boem. Grappig bedoeld, maar de onderliggende boodschap is kraakhelder. Kinderen krijgen? Dat is niet jouw domein. Laat dat maar over aan je vrouw. In het ludieke *Help! Ik heb mijn vrouw zwanger gemaakt* doet Kluun ook goed zijn best om vaders in spe niet serieus te nemen. Hij schrijft over (het gebrek aan) seks, de hel die zwangerschap heet en hoe je je daar als man doorheen kunt 'bluffen'. Bluffen? Waarom is dat nodig? Omdat zwanger zijn en kinderen krijgen niet geil is, niet stoer, en eigenlijk niets voor mannen. Daar wil je liever niets vanaf weten.

Eén ander voorbeeld nog. Henk Hanssen, vader en schrijver van drie succesvolle boeken over vaderschap, vertelt: 'Toen ik mijn zwangere vriendin vergezelde naar de intake bij de verloskundige werd mij één vraag gesteld: heeft u weleens een geslachtsziekte gehad? Ik heb jaren met een standje op de Negenmaandenbeurs gestaan. Een vadereiland in een grote oceaan van roze, lila en mintgroen. Alles is daar gericht op de vrouw. Wat dóé ik hier, denk je dan als man.'

### Moeder weet het beter

Vanaf de eerste positieve zwangerschapstest krijgen aanstaande vaders te horen dat het niet om hen gaat. Zaadje geplant, taak volbracht. Vaders worden niet aangesproken, niet serieus genomen en belangrijker nog: niet voorbereid op wat het betekent om vader te worden. Tot voor kort stuurden we ze zelfs twee dagen na de bevalling terug naar hun werk. Waarmee wij eigenlijk als samenleving tegen vaders zeiden: alles goed en wel, maar wij vinden jouw werk belangrijker dan jouw rol als vader. En zo staan vaders al snel dik onverdiend met 1-0 achter. Gelukkig weet moeder de vrouw daar wel raad mee. Die weet tenslotte zelf wat het is om puur op basis van haar vrouw-zijn als minder capabel te worden ingeschat. Bijvoorbeeld door minder betaald te krijgen voor hetzelfde werk. Nee, de Nederlandse moeder is gelukkig geëmancipeerd genoeg om haar eigen man het krediet te geven dat hij als vader verdient. Namelijk dat hij net zo belangrijk is voor de kinderen als zij. Dat haar kroost zich net zo sterk aan hem kan hechten als aan haar. Dat het onzin is dat zij 'van nature' haar kinderen beter kan troosten, omdat ze ►

# Vanaf de eerste positieve test krijgen vaders te horen dat het niet om hen gaat

nou eenmaal met borsten is geboren. Nederlandse moeders zien hun mannen gewoon als gelijkwaardige ouders. Toch? Nou, eh, nee. ‘Moeders geloven óók dat zij het van nature beter weten,’ stelt Hanssen. ‘Ik zie het om me heen gebeuren: hoe moeders hun partners erop wijzen dat ze de fles niet goed vasthouden of de verkeerde sokken hebben uitgezocht. En vaak nog op een snibbige manier ook.’

### Terug bij af

Patrick Timmermans is vadercoach. Hij herkent dat beeld. ‘Veel moeders hebben toch de neiging om alle zorgtaken naar zich toe te trekken,’ zegt hij. ‘Laat mij het maar doen,’ zeggen ze dan.’ Als vader worstelde hij daar zelf ook mee. ‘Ik had na de geboorte van mijn zoon steeds het gevoel dat mijn vriendin keek of ik het wel goed deed,’ vertelt hij. ‘Dat was niet fijn. Dat doet iets met je zelfvertrouwen. Ik liep daardoor echt een beetje op eieren. Op een gegeven moment denk je: laat maar. Maar eigenlijk is dat niet wat je wil.’

Het gevolg? Tobbende papa’s die veel te snel boos worden, maar eigenlijk onzeker zijn. Timmermans: ‘Ze zoeken naar hun rol en twijfelen of ze het wel goed doen, al zullen ze dat niet snel toegeven. Dat gevoel uit zich vaak in boosheid, omdat dat nog een ‘geaccepteerde’ emotie is voor mannen. Maar daaronder zit soms een gevoel van machteloosheid.’ Het probleem is volgens deze vadercoach dat mannen niet geleerd hebben om met dat soort emoties om te gaan. Laat staan om erover te praten met hun partner. ‘Daarom sluiten ze zich af. Soms vluchten ze in een verslaving, veel vaker storten mannen zich op hun werk.’

Tja, en zo zijn we terug bij af. Zo houden moeders en vaders

samen dat eeuwenoude patroon in stand. Moeder zorgt voor de kinderen, vader richt zich op zijn werk. Een selffulfilling prophecy die voor allebei beklappend is. Want ook voor vrouwen is de druk om de ideale moeder te zijn groot. Ga er maar aan staan: de moderne tijd schreeuwt om powervrouwen die vol energie en met gebalde vuist dwars door alle glazen plafonds heen breken. Maar thuis moet ze ook de moeder-moeder zijn die ze ‘van nature’ is. Dat roept toch de vraag op: waarom? Waarom leggen we onszelf zo veel druk op? Waarom moeten moeders per se zorgzaam zijn? Waarom krijgen vaders zo weinig erkenning voor hun rol?

‘Omdat we geloven in de mythe van het moederschap,’ zegt Hanssen. ‘Het is bewezen onzin dat vrouwen bij de zwangerschap een stofje aanmaken dat ze voor de rest van hun leven een betere ouder maakt. Maar dat is wel waar we met z’n allen nog steeds hardnekkig in geloven.’ Uitleggen kunnen we het niet (probeer maar eens), maar het feit dat een vrouw een kind in haar buik heeft gedragen, vinden we gevoelsmatig zó belangrijk dat we geloven dat het haar de rest van haar leven een voor-sprong geeft in de zorg voor de kinderen. Diep in ons hart zien we het biologische moederschap als de ultieme vorm van liefde en zorgzaamheid. De oorsprong van alles wat we hebben, de kern van ons bestaan. Nu is er met een beetje heiligenverering niets mis. Behalve als dat zich vertaalt in een glazen plafond voor vaders. En behalve als het gewoon niet klopt.

Borstvoeding bijvoorbeeld. Gezond? Jazeker. Bijzonder? Absoluut. Maar niet de ‘natuurlijke’ oorzaak van een sterke hechting tussen moeder en kind. Al een halve eeuw weten we uit onderzoek dat niet (borst)voeding maar warmte en affectie de

## Laat hem heel even klooiën met de fles, net zoals jij dat hebt moeten doen

doorslag geven bij het ontstaan van gehechtheid. Huid-op-huid-contact. Knuffelen. Dichtbij zijn. Het voordeel van borstvoeding: je vangt twee vliegen in één klap. Maar wegdommelen op de blote borst van papa werkt net zo goed. ‘Vaststaat dat werkende vrouwen niet thuis hoeven te blijven louter vanwege hun biologische kwaliteiten als moeder,’ scheef onderzoeker Harry Harlow al in 1958. ‘We dienen te beseffen dat ook de man over alle essentiële middelen beschikt om een kind groot te brengen.’ Zwangerschapshormonen dan. Die bereiden moeders toch niet voor niets langs pieken en dalen negen maanden lang voor op het moederschap? Dat klopt. Maar ook mannen worden biologisch voorbereid op de komst van hun kleine. Zij maken bijvoorbeeld meer vasopressine en oxytocine aan. Laten dat nou net stofjes zijn die zorgen voor een goede hechting met je kind. De toegenomen hoeveelheid prolactine zorgt er bovendien voor dat ook mannen alerter reageren op huilende baby’s. Laat je dus niks wijsmaken door de verloskundige die zegt dat ‘hij door de huiltjes heen slaapt’.

### Aanklooiën mag

Laten we vooral niet vergeten: een zwangerschap is bijzonder. Er groeit een kindje in je buik. Dat is, zo je wil, best wel een beetje magisch. Maar het maakt je niet van nature een betere ouder. Mannen hebben alles in zich wat ze nodig hebben om zich volwaardig met hun kind te kunnen hechten en goed en zorgzaam voor jullie kleine spruit te kunnen zorgen. Het is tijd om de mythe door te prikken. Tijd om af te rekenen met de hardnekkige stereotypen rondom vaderschap en moederschap. Om onze idealen over een gelijkwaardig ouderschap in de prak-

tijk te gaan brengen. Dat doen we niet door onze blik eenzijdig te blijven richten op moeders en vrouwen. Dat doen we door een lans te breken voor vaders. ‘Tegen alle vaders zou ik willen zeggen: pak die roll!’ zegt Hanssen. ‘Besef hoe belangrijk je als vader bent in de opvoeding van je kind. Kruipt niet weg achter je laptop. Wees niet bang om tegen je vrouw te zeggen: ‘Zo, en nu doe ik het, op mijn manier.’

Maar de sleutel ligt bij moeders. Die moeten leren loslaten, durven vertrouwen en hun partners de ruimte willen geven. Hoe? Timmermans: ‘Door bij jezelf na te gaan of je er niet te veel bovenop zit. Neem je je partner te veel zorgtaken uit handen? Kijk dan of je een stapje terug kunt doen, waardoor je hem juist de kans geeft om een stap naar voren te doen.’ Maar ook door je bewust te zijn van de onzekerheid waarmee vaders kunnen worstelen. ‘Erken hem in het feit dat zijn rol soms een lastige is. Niet door hem te gaan bemoederen, maar door gewoon eens te vragen: hoe is het met je?’

Dus, beste moeders, maak je niet druk als die luiert eerst een beetje verkeerd om die pasgeboren biljetjes zit. Laat vader heel even klooiën met de fles, net zoals jij dat hebt moeten doen. Geef jullie kind de ruimte om zich óók aan papa te hechten. Laat hem zoeken naar wie hij wil zijn. En durf jezelf de vraag te stellen wie jij als ouder wil zijn. Los van vastgeroeste ideaalbeelden over voorbestemde rollen. Daar is moed voor nodig. Maar pas dan krijgt het ouderschap de ruimte om echt te emanciperen. •

**Sonja Alferink (37)** is journalist en tekstschrijver. Ze schrijft over ouderschap en LHBTI-issues. Samen met haar vriendin en hun zootje (2) woont ze in Amsterdam.