

Robin van Tilburg



# KICKSTART JE VADERSCHAP

OVER VADER WORDEN EN DE BESTE START CREËREN ALS GEZIN

Kickstart je Vaderschap

Eerste druk, september 2020

© 2020 Robin van Tilburg

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm en op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van de auteur.

ISBN: 978-90-830944-0-3

NUR: 850

Auteur: Robin van Tilburg

Uitgever: VADER Magazine

Redactie en ontwerp: Tangram Studio

Illustratie cover: Yu-Chia Huang

Drukwerk: Grafistar

# KICKSTART JE VADERSCHAP

OVER VADER WORDEN EN DE BESTE START CREËREN ALS GEZIN

**Robin van Tilburg**

# INHOUDSOPGAVE

<b>Voorwoord</b>	<b>7</b>
<b>Inleiding</b>	<b>9</b>
<b>1. VADERS WILLEN WEL ZORGEN, MAAR DOEN HET NIET</b>	<b>15</b>
Informatie & inspiratie	23
Interview Peter Bruun	25
<b>2. HET BELANG VAN BETROKKEN VADERSCHAP</b>	<b>31</b>
Informatie & inspiratie	38
Interview Enes Kartal	40
<b>3. ALS JE VADER WORDT...</b>	<b>47</b>
Informatie & inspiratie	54
Interview Frank Roelen	57
<b>4. HOE GAAN WE HET REGELEN?</b>	<b>63</b>
Informatie & inspiratie	71
Interview Rob van Laere	73
<b>5. WERK MAKEN VAN JE WENSEN OP DE WERKVLOER</b>	<b>77</b>
Informatie & inspiratie	84
Interview Mark	87

<b>6. HET IS ZOVER: JE BENT VADER!</b>	<b>93</b>
Informatie & inspiratie	100
Interview Stan Pinkaarts	103
<b>7. DE GEBOORTE VAN EEN GEZIN</b>	<b>109</b>
Informatie & inspiratie	118
Interview Wouter Stapel	120
<b>8. ONDERSTEUNING VAN JE PARTNER NA DE BEVALLING</b>	<b>125</b>
Informatie & inspiratie	133
Interview Berry	135
<b>9. OVER VADERSCHAP EN HECHTING</b>	<b>139</b>
Informatie & inspiratie	148
Interview Jack Lauwers	150
<b>10. HET BELANG VAN GOEDE COMMUNICATIE</b>	<b>155</b>
Informatie & inspiratie	162
Interview Ruben van Dijk	164
<b>11. BALANCEREN TUSSEN WERK EN OUDERSCHAP</b>	<b>171</b>
Informatie & inspiratie	178
Interview Michael James Lucas	180
<b>Dankwoord</b>	<b>185</b>
<b>Literatuur</b>	<b>189</b>

# VOORWOORD

Toen begin 2016 een collega bij Yonego mij vertelde dat hij vader zou worden, kregen we het al snel over partnerverlof. Destijds was dat standaard slechts 2 dagen, wat ik niet vond kloppen.

Omdat ik wilde dat iedereen binnen Yonego de eerste weken van zijn of haar kersverse kindje zou kunnen genieten, besloot ik nog de volgende dag voor iedereen 4 weken 100% betaald partnerverlof in te voeren.

De dag daarop gaf ik de hele dag door interviews. Het bleek enorm te leven. Ik kreeg talloze berichten van ondernemers, bestuurders en politici. Met velen van hen sprak ik in de afgelopen jaren over dit belangrijke onderwerp, omdat ik hoopte dat meer bedrijven zouden volgen en het ook in de Tweede Kamer op de agenda zou blijven staan. Gelukkig zijn er inmiddels grote stappen gezet.

Als ondernemer is het één van mijn beste beslissingen geweest om niet te wachten op de overheid, maar gewoon iets recht te zetten wat fundamenteel niet klopte en beter kon én moest. Eigenlijk hoefde ik na 4 weken alleen maar naar de ogen van kersverse vaders te kijken, om te weten dat dit een goede beslissing was. Ook tal van wetenschappelijk onderzoek ondersteunt deze persoonlijke overtuiging. Niet alleen voor het kind, de relatie, maar juist ook op het gebied van emancipatie is de (in)directe impact van de eerste weken enorm.

Nadat ik zelf in 2018 vader werd, ben ik hier nog sterker van overtuigd geraakt. Die eerste weken heb ik ervaren als de mooiste weken in mijn leven. Het is fijn om op dat moment even met niets anders bezig te hoeven zijn, er ook voor je vrouw te kunnen zijn en samen écht te genieten van alle mooie momenten.

Niemand kan vertellen wat je wel of niet moet doen. Er is geen goed of fout. Als individu en als maatschappij kunnen we echter wel vragen stellen bij zaken die langzaam verworden zijn tot veronderstelde vanzelfsprekendheden. Iedere vader en moeder verdient het immers om keuzes als deze volledig vanuit zijn of haar hart te kunnen maken.

Dit boek kan daar bij helpen. Het voelt als een eer om het voorwoord voor dit mooie boek te mogen schrijven, wetende dat de lezers de meest bijzondere periode in hun leven tegemoet zullen gaan.

Geniet van al het moois en blijf ook als vader vooral jezelf. Dat is het mooiste wat je kunt zijn en kunt worden.

Joris Toonders  
Vader en ondernemer



# INLEIDING

'Your children get  
only one childhood.  
Make it memorable'

– *Regina Brett*

Als aanstaande vader bevind je je in een bijzondere positie, zeker tijdens de eerste, prille fase van de zwangerschap. Je kunt je misschien maar moeilijk een voorstelling maken van wat er staat te gebeuren. Want wat vertegenwoordigen die twee streepjes op de zwangerschapstest nu eigenlijk echt? Je ziet de buik van je partner groeien, wordt gefeliciteerd en krijgt wellicht een grappig boek voor aanstaande vaders cadeau, maar de kans is groot dat je daarna nog altijd met vragen zit. Want wat houdt vader worden precies in en wat gaat de impact van een kindje zijn op het leven dat je nu kent? Eén ding is zeker: met de komst van een kind staat je wereld op zijn kop.

## AANWEZIG EN BETROKKEN

De moderne vader neemt niet langer genoegen met enkel een rol als kostwinner, maar wil een actieve bijdrage leveren aan de opvoeding van zijn kind(eren), en dan ook nog eens vanaf het allereerste begin. Als jij ook die wens hebt, dan heb je daar in Nederland nu meer dan ooit de gelegenheid voor. Nadat je als vader jarenlang slechts twee verlofdagen kreeg na de

geboorte van je kind, heb je sinds 1 juli 2020 dankzij de Wet WIEG de mogelijkheid om er na de geboorte van je kind, onder bepaalde voorwaarden, tot wel zes weken voor je gezin te kunnen zijn. En dat is om meerdere redenen goed nieuws.

Steeds meer onderzoek wijst namelijk uit dat jouw aanwezigheid én betrokkenheid als vader, juist tijdens die eerste weken, van onschatbare waarde is voor het welzijn van het hele gezin. Je bent niet alleen een enorme steun voor je partner, die dankzij jouw aanwezigheid beter kan herstellen van de pittige bevalling, maar het stelt je ook in staat om vanaf dag één in je vaderschapsrol te stappen, actief de zorg op je te nemen en ook nog eens veel tijd met je pasgeboren baby door te brengen. Aanvullend onderzoek wijst bovendien uit dat ouders die de eerste, hectische weken samen hebben doorgemaakt, ook in de jaren daarna een betere verdeling ervaren in de combinatie van werk en ouderschap. Het is iets dat ik kan beamen.

## **MIJN EERSTE KENNISMAKING MET VADERSCHAP**

Na de geboorte van mijn eerste dochter ben ik op de kop af vijf weken thuis geweest. Dat was maar goed ook, want hoe goed ik me voor mijn gevoel ook had ingelezen; ik werd totaal overspoeld door de stormvloed van gevoelens op de dag van de geboorte. De reden van die gevoelens lag in mijn armen, woog slechts een paar kilo en had een rood met beige mutsje op. Vanaf dat moment werd alles anders. Ik wilde niets liever dan bij haar zijn en tijd met haar doorbrengen, ook na die eerste periode. Ik kan met recht zeggen dat de keuze om er in die eerste weken te zijn, één van de beste beslissingen van mijn leven is geweest. Mijn vriendin en ik waren echt samen het ouderschap aangegaan en dat werkte verbindend. In die periode heeft zich een ijzersterke basis gevormd, waar we nu, als gezin met twee prachtige kinderen, nog altijd de vruchten van plukken.

## OBSTAKELS

Toen ik een aantal jaar later actief over vaderschap ging schrijven, ontdekte ik dat we met onze aanpak eerder uitzondering dan regel waren. Ik sprak vaders die wel een grotere rol in de opvoeding wilden spelen, maar in de praktijk werden geconfronteerd met een omgeving die daar vaak anders over dacht. Want hoewel Nederland te boek staat als progressief land, is dat nog grotendeels niet het geval wanneer het gaat om de (traditionele) rolverdeling.

Daarbij is het Nederlandse systeem nog altijd niet ingericht op vaders die actief willen zorgen. Om te beginnen is vrijwel alle communicatie rondom zwangerschap en geboorte gericht op de moeder. Ouderschapstijdschriften en blogs, maar óók websites van verloskundigenpraktijken. Tel daar het stereotype beeld van de klunzige vader in de media bij op en het is ook niet verwonderlijk dat het als vader soms lastig is om je rol ook daadwerkelijk te pakken. Hoe meer ik ging lezen over de positieve impact van een betrokken vader op het leven van zijn kind, des te groter mijn verbazing werd. Waarom horen we hier zo weinig over?

Het onderwerp liet me maar niet los. Dit moest toch anders kunnen? Een veelgehoorde opmerking van vaders die ik sprak, is dat ze het achteraf fijn zouden hebben gevonden om de verhalen en ervaringen van andere vaders te horen. En dan niet alleen de 'lollige' kant, maar de échte verhalen met alle ins en outs die horen bij vaderschap.

Je raadt het waarschijnlijk al: *Kickstart je Vaderschap* is geschreven met precies dat doel: om jou als aanstaande vader voor te bereiden op de ingrijpende verandering die voor je ligt en je op weg te helpen om de vader te worden die je ook wil zijn. Na het lezen heb je hopelijk het zelfvertrouwen om vanaf dag één stevig in je vaderschap te gaan staan, waarbij je keuzes durft te maken die het beste zijn voor jullie als gezin. In het boek komen vaders aan het woord die, ondanks het feit dat ze soms op flinke weerstand stuitten, ervoor hebben gekozen om er tijdens die eerste, cruciale weken helemaal voor hun gezin te zijn. Met alle positieve gevolgen van dien. Lees hun verhalen en laat je inspireren!

## **KICKSTART JE VADERSCHAP!**

De conclusie van dit boek laat zich eenvoudig samenvatten: iedereen wint bij betrokken vaderschap. In de volgende hoofdstukken neem ik je mee langs de verhalen van andere vaders, en belangrijke thema's die horen bij de geboorte van een gezin. Zodat jij wordt klaargestoomd voor de mooiste rol die je ooit zult vervullen: die van vader. Na het lezen van dit boek weet je hoe belangrijk dat is. Ik wens je veel geluk en inspiratie toe in je vaderschap.

Robin van Tilburg,  
Breda, 2020

[www.vadermagazine.nl](http://www.vadermagazine.nl)