

Welkom

BETROKKEN VADERSCHAP DEEL I

Jurian Bakker

BETROKKEN VADERSCHAP

Betrokken vaderschap deel I

- Opening
- Zingen Opwekking 400
- Inleiding Betrokken vaderschap
- Pauze
- Gespreksvragen
- Afsluiting



BETROKKEN VADERSCHAP

Genesis 32:21 t/m 33:4

1 van 2

21 En vergeet vooral niet te zeggen: “Uw dienaar Jakob zelf komt achter ons aan.” Hij dacht namelijk: Ik zal proberen Esau mild te stemmen met het geschenk dat ik vooruitstuur; pas daarna durf ik hem zelf onder ogen te komen, misschien is hij dan bereid mij welwillend te ontvangen.

22 Zo ging het geschenk voor hem uit, maar zelf bleef hij die nacht nog in het tentenkamp.

23 Het was nog nacht toen Jakob opstond en de Jabbok overstak op een doorwaadbare plaats, samen met zijn beide vrouwen, zijn twee bijvrouwen en zijn elf kinderen.

24 Nadat hij hen over de rivier had geholpen, bracht hij ook al zijn bezittingen naar de overkant.

25 Maar zelf bleef hij achter, helemaal alleen, en er worstelde iemand met hem totdat de dag aanbrak.

26 Toen de ander zag dat hij het niet van hem kon winnen, raakte hij Jakobs heup aan, en daardoor raakte Jakobs heup tijdens die worsteling ontwricht.

27 Toen zei de ander: ‘Laat mij gaan, het wordt al dag.’ Maar Jakob zei: ‘Ik laat u niet gaan tenzij u mij zegent.’

28 De ander vroeg: ‘Hoe luidt je naam?’ ‘Jakob,’ antwoordde hij.

29 Daarop zei hij: ‘Voortaan zal je naam niet Jakob zijn maar Israël, want je hebt met God en mensen gestreden en je hebt gewonnen.’

BETROKKEN VADERSCHAP

Genesis 32:21 t/m 33:4

2 van 2

30 Jakob vroeg: 'Zeg me toch hoe u heet.' Maar hij kreeg ten antwoord: 'Waarom vraag je naar mijn naam?' Toen zegende die ander hem daar.

31 Jakob noemde die plaats Peniël, 'want,' zei hij, 'ik heb oog in oog gestaan met God en ben toch in leven gebleven.'

32 Zodra hij bij Peniël was overgestoken, zag hij de zon opkomen. Jakob liep mank.

33 Omdat de ander hem had aangeraakt bij de spier die boven het heupgewricht ligt, eten de Israëlieten de heupspier niet, tot op de dag van vandaag.

33:1-2 Jakob zag in de verte Esau aankomen met vierhonderd man bij zich. Hij gaf daarom opdracht dat men zich als volgt moest opstellen: eerst de bijvrouwen met hun kinderen, daarachter Lea met haar kinderen en helemaal achteraan Rachel met Jozef.

3 Zelf ging hij aan het hoofd van de stoet. Voordat hij zijn broer genaderd was, had hij al zeven keer een diepe buiging gemaakt.

4 Maar Esau vloog op hem af, viel hem om de hals en kuste hem hartelijk. Beiden barstten ze in tranen uit.

**(TE) VROEG
GEBOREN
VADER?**

BETROKKEN VADERSCHAP

De reis van ons als ouders

1. **Alsof de hemel de aarde raakt** – Vasthouden direct na de geboorte
2. **Niet in mijn buik, maar op mijn buik** – Vasthouden om te hechten
3. **De oervader** – Vasthouden door de vader
4. **Alles wat ik heb** – Vasthouden tot het uiterste?
5. **Zijn we nog getrouwd?** – Houd elkaar vast
6. **Regenboog** – Vastgehouden door God
7. **Ik houd je vast** – Vasthouden in het dagelijks leven

BETROKKEN VADERSCHAP

Aanleiding vroeggeboorte

‘Elke dag is een nieuwe kans om elkaar vast te houden’

– Kinga Bán en Elbert Smelt

‘Ik ben ervan overtuigd dat Daniël het zo goed doet
doordat jullie hem zoveel vastgehouden hebben’

– Christ-Jan van Ganzewinkel, verpleegkundig
specialist neonatologie

Ons tweede kindje zou een herfstkind worden. Tot plotse-
ling op een mooie zomerochtend mijn vliezen braken. Twee
van de drie trimesters had ik erop zitten toen er een einde
aan mijn zwangerschap kwam. Twaalf weken voor mijn uit-
gerekende datum stapten we een voor ons compleet nieuwe
wereld binnen: een wereld waarin piepkleine mensjes vech-
ten voor hun leven en waarin ouders, verpleegkundigen en
artsen alles doen om hen daarbij te helpen. Een wereld vol
spanning, machteloosheid, angst, rouw en oververmoeid-
heid. En tegelijkertijd ervoeren wij ook immense trots,
vreugde en verwondering.

BETROKKEN VADERSCHAP

ALSOF DE HEMEL DE AARDE RAAKT

‘Hij is zo klein!’ Een gevoel van paniek raast door mijn hoofd. In hoog tempo wordt mijn bed door de ziekenhuisgangen gereden. De krullen van de verpleegkundige dansen ervan op en neer. Diep onder de dekens lig ik te bibberen in mijn blauwe operatiekamerjasje. ‘Het komt goed,’ hijgt Jurian, mijn man. Ik voel zijn hand op mijn hoofd en ik hoor de opwinding in zijn stem. Zijn hartslag moet wel in dezelfde versnelling zitten als die van mij. Mijn handen liggen beschermend op mijn buik. ‘Hij is zo klein!’

1. Vasthouden direct na de geboorte

BETROKKEN VADERSCHAP

2. Vasthouden om te hechten

NIET IN MIJN BUIK, MAAR OP MIJN BUIK

Ik word wakker van een zeurende pijn. Het duurt even voor het besef komt. Leeg, geen trappelende beentjes meer, mijn buik is leeg. Daniël! Ik doe een lampje aan en knipper met mijn ogen tegen het licht. Op de grote klok boven de deur zie ik dat het nog maar twee uur is. Al snel wordt bevestigd wat ik eigenlijk al weet. Mijn zoon is hier niet, hij ligt op de NICU (neonatalogie intensive care unit – een ic voor - met name – te vroeg geboren baby's) een stukje verderop in het ziekenhuis. Een paar ziekenhuisgangen. Het voelt mijlenver weg. Vlug druk ik op de bel en er komt een verpleegkundige die me naar mijn zoon toe brengt.

BETROKKEN VADERSCHAP

3. De oervader

DE OERVADER

Als we aan tafel zitten, schuif ik naar het puntje van mijn stoel. Het beste plekje om een vragenvuur te lanceren. 'Lieverd, hoe was je eerste nacht samen met Daniël? Heb je een beetje kunnen slapen zelf?'

Hij neemt een slok van zijn koffie. 'Boven verwachting eigenlijk. Het viel echt niet tegen. Ik heb aardig kunnen slapen en op deze manier toch mooi negen uur kunnen buidelen.'

'Superfijn zeg! Ik snap nu wel waar jouw nieuwe titel vandaan komt.' Ik geef hem een knipoog. 'Twee vliegen in een klap dus?'

'Ja, soort van wel. Natuurlijk sliep ik iets minder goed vanwege de voedingen. Maar ik viel na een voeding steeds heel gemakkelijk in slaap.'

'Kon je wel rustig liggen? Was je niet bang dat Daniël van je af zou rollen?'

Hij lacht. 'Nee, ik maakte me totaal geen zorgen. Hij ligt muisstil en als het moet is er plek voor twee op die brede borst van mij.' Nu krijg ik een knipoog.

Ik glimlach terug. 'En hoe vond Daniël het? Bleven zijn waarden en temperatuur goed?' Ik laat mijn boterham nog steeds onaangeroerd op mijn bord liggen.

'Hij was heerlijk rustig bij mij. Als mannen onder elkaar hebben we afgesproken dat we dit zeker vaker gaan doen.' Ik zie de trotse blik in zijn ogen. 'Zijn hartslag en ademhaling

**BETROKKEN
VADER**

BETROKKEN VADERSCHAP

4. Vasthouden tot het uiterste?

Everyone wants to hold the baby,
but who holds the mom?

– *Kiind Magazine*

Verwerkingsvragen

- Wat is jouw valkuil in drukke en intensieve perioden: vechten, vluchten of accepteren? Wat kan je hierin helpen om je te beschermen of eruit te helpen?
- Hoe vaak geef je zelf advies of deel je uit eigen ervaring zonder dat de ander daarom vraagt? In hoeverre ben je je er bewust van?
- Welke behulpzame en steunende vrienden waardeer je en waarom?
- Wat is het verschil tussen een goede ouder en een perfecte ouder?

BETROKKEN VADERSCHAP

7. Houd elkaar vast

ZIJN WE NOG GETROUWD?

Hand in hand slenteren we door het stadje op zoek naar een eetgelegenheid. ‘Waar heb jij zin in?’ vraagt manlief.

‘Eh, maakt mij niet zoveel uit eigenlijk.’ Ineens voel ik hoe moe ik ben. Het doet me denken aan ons eerste nachtje weg, vier maanden na Daniëls geboorte. We lopen langs een chic restaurant en besluiten nog even verder te kijken. ‘Weet je nog Jur, ons weekendje samen in Doetinchem?’ Ik geef een kneepje in zijn hand en zie aan zijn ogen dat hij al weet welke herinnering ik op wil halen.

‘Dat we doodmoe in ons hotel aan het diner zaten?’

Ik lach. ‘Ja, verschrikkelijk, wat duurde dát lang, ik kon met moeite mijn ogen openhouden.’

Jur kinkt instemmend. ‘Ik kon ook maar aan één ding denken: slapen.’

In gedachten zit ik weer aan dat kleine tafeltje in het halfdonker. ‘We waren gewoon te moe om te eten, echt romantisch kon je het niet noemen.’ We lachen er samen om. En dat voelt eigenlijk best goed.

VADERSCHAPS BRONNEN

BETROKKEN VADERSCHAP

REGENBOOG

Met z'n vieren lopen we het ziekenhuis uit. Ik wil het wel van de daken schreeuwen: met z'n vieren! Jurian draagt het lege autostoeltje. Daniël zit in de draagdoek, dicht tegen mij aan. Zijn sonde bungelt een klein stukje buiten de doek. Met mijn ene hand houd ik Marilyn vast, met mijn andere hand Jurian. Mijn hart barst haast uit elkaar van trots. Dit is ons gezin! 'Zullen we nog even een foto maken?' We spreken een voorbijganger aan en poseren voor het ziekenhuis. Hoeveel momenten zijn er geweest dat ik hier met betraande ogen naar buiten liep? Mijn hart bleef altijd achter bij Daniël. En nu, nu mag ik hem gewoon méénemen! Ik lach mijn breedste glimlach naar de camera.

10. Vastgehouden door God

BETROKKEN VADERSCHAP

IK HOUD JE VAST

Ik sta naast de commode en houd met mijn ene hand Daniëls handjes bij elkaar op zijn borst, en met mijn andere hand streel ik zijn blonde haartjes. Ik fluister lieve woorden tegen hem en geef hem kusjes. Jurian staat naast me en verschoont Daniëls luier. Het feit dat wij hier zomaar ineens samen Daniël verzorgen, in het holst van de nacht nota bene, maken dat mijn gedachten afdwalen naar Daniëls geboorteplaats. Of komt dat omdat we morgen, of nee, eigenlijk vandaag zijn eerste verjaardag vieren?

Veldhoven. Het advies luidde om Daniël met zijn tweeën te verzorgen. Of het nu om een luier ging of om het prikken van een nieuw infuus. Team papa-mama. Of een verpleegkundige samen met papa of mama. Of twee verpleegkundigen. Zodat de een kon focussen op het vasthouden, het bieden van begrenzing en ondersteuning, en de ander het ‘werk’ kon doen.

11. Vasthouden in het dagelijks leven

BETROKKEN VADERSCHAP

VRAGEN VOOR NA DE PAUZE

- Welk deel uit de inleiding spreekt je aan? En wat roept vragen op?
- Waar ben je het meest trots en dankbaar voor als vader?
- Wat is je grootste blunder als vader? En wat heb je daarvan geleerd?
- Wat raakt je het meest als vader? Is dat herkenbaar voor je kinderen?
- We leven in een cultuur waarin alles maakbaar lijkt te zijn. Zo lijkt het perfecte kind en de perfecte vader te bestaan. Wat is jouw zoektocht hierin en helpt jouw richting geven in het vaderschap?
- Wat als je geen vader was geworden, hoe zou je leven er dan uit zien? Of hoe spreekt het onderwerp je aan als je zelf geen kinderen hebt?

PAUZE

