

Taboe!

*Dit is wat papa's écht van
jou als mama vinden*

Vindt hij je nog wel mooi als jij door een BABY BELLY amper je eigen tenen kunt zien? Kan hij nog genieten van seks nadat hij een kindje 'daaruit' heeft zien komen? En HOE BLIJ IS HIJ met het afstaan van zijn eerste plaats binnen de relatie? Dit is wat papa's ÉCHT DENKEN van het hele ZWANGERSCHAPSCIRCUS.



"MAMMA ZEGT DAT JE NU THUIS MOET KOMEN"

De vaders:

Niek	(30 jaar)	2 kinderen
Joost	(30 jaar)	1 kind
Ferry	(36 jaar)	1 kind
Raymond	(32 jaar)	2 kinderen
Diederik	(27 jaar)	1 kind
Koen	(34 jaar)	1 kind
Wouter	(39 jaar)	1 kind

Koen:

'Als je het aan mijn vriendin vraagt hebben we de bevalling samen gedaan. Terwijl voor mij heel duidelijk was dat zij al het werk deed. Ze is nu bijna alles vergeten, dus ik laat het maar zo.'

FEIT: EEN VROUW KOMT TIJDENS HAAR ZWANGERSCHAP GEMIDDELD TWAALF KILO AAN (MAAR HET IS GEEN UITZONDERING ALS DAT ER DERTIG ZIJN).

Natuurlijk, die buik boort erbij. Maar aangezien een baby maar een pondje of zes, zeven weegt, is dat a whole lot of her extra. Vinden jullie zo'n grote zwangerschapsbuik storend?

Niek: 'Ik had er geen problemen mee. Het buikje was mooi, ik vond mijn vriendin heel aantrekkelijk toen ze zwanger was. Ze ging er ook van stralen, dat is natuurlijk leuk om te zien.'

Ferry: 'Mijn vrouw kwam bijna dertig kilo aan. Dat vond ik niet aantrekkelijk, ze was zichzelf gewoon niet meer. Het hoort erbij en het verdwijnt na de bevalling weer, dat heb ik altijd geprobeerd in mijn achterhoofd te houden. Maar dat was soms best wel lastig.'

Raymond: 'Ik zei vaak tegen haar dat ik vond dat ze heel mooi zwanger was, maar dat wilde er niet altijd in. Tot ze een keer naar zo'n zwangerschapsbeurs was geweest, toen was in één klap helemaal trots op haar buik.'

Diederik: 'Het gaat natuurlijk heel geleidelijk, je ziet het zich ontwikkelen. Ik vond het vooral leuk om naast mijn vriendin en haar

dikke buik over straat te lopen, zo van: "Kijk eens, wat ik heb gedaan!"'

FEIT: OP BOL.COM KUN JE IN DE CATEGORIE 'ZWANGERSCHAP - NEDERLANDSTALIG' EEN KEUZE MAKEN UIT 631 VERSCHILLENDE BOEKEN.

Jouw sexy vriendin met goede verhalen over werk, vrienden en Het Leven, transformeert ineens tot een mama in spe. Gaan gesprekken vanaf nu alleen nog maar over babynamen, wiegjes en luijermerken, of is dat niet het geval?

Niek: 'Wij hadden het bij de eerste vaak over het kindje. Niet alleen maar, maar wel veel. Het is natuurlijk allemaal ook heel spannend. En af en toe benauwend, omdat je denkt dat je oude leven ophoudt. Gelukkig duurt een zwangerschap negen maanden, en kun je er aan wennen.'

Wouter: 'Ik werd er best wel moe van, van al het babygepraat. Zelfs als ik een romantisch etentje regelde ging het bij het hoofdgericht alweer over ons kindje. Het is ook een grote stap, maar bij haar draaide alles op een gegeven moment alleen nog maar om het moeder worden.'

Raymond: 'Mijn partner was bij de eerste

meer bezig met het kindje dan ik. Ik vond het vooral belangrijk om die laatste maanden nog dingen voor mezelf te doen. Een week duiken bijvoorbeeld. Zij begreep dat, maar vond het niet ontzettend relaxed of zo. Ik ben wel blij dat ik dat heb gedaan, kennelijk had ik dat nodig.'

Joost: 'Wij waren ook zeker niet samen zwanger. We hadden voordat ze zwanger werd allebei een eigen leven, en daar gingen we gewoon mee verder. Ik was ook veel bezig met op stap gaan, vrienden zien, wintersport. Ik wilde het er in die laatste periode nog even van nemen.'

FEIT: EEN KWART VAN ALLE STELLEN HEEFT TOT HET EINDE VAN DE ZWANGERSCHAP SEKS. DE REST HAAKT - HOEWEL HET NIET GEVAARLIJK IS VOOR DE BABY - IN EEN EERDER STADIUM AF.

De Kamasutra kan erbij gepakt worden voor creatieve oplossingen om de buik heen, maar ook negen maanden naar zolder worden verbannen. Hoe is dat voor mannen, (het gebrek aan) seks tijdens de zwangerschap?

Diederik: 'Bij ons was er weinig seks tijdens de zwangerschap. We hebben het wel geprobeerd, maar op een gegeven moment

Wouter:

'Eén keer per maand gaan we met z'n allen op stap, zonder vrouwen. Er wordt veel geflirt, soms gezoend. We hebben blijkbaar de bevestiging nodig dat we "het" nog hebben.'

Niek:

'Mijn vriendin had last van opspelende hormonen. Daar heb ik maar gewoon heel hard om gelachen. Gewoon een beetje negeren. Achteraf kon zij er gelukkig ook om lachen.'

begint die buik te groeien, en daar voelden we ons allebei niet heel gemakkelijk bij. We vonden het een beetje eng.'

Koen: 'Wij hadden tot ver in de zeven maanden gewoon seks. Wel ietsje minder dan daarvoor. Maar het is niet zo dat zij daar ineens geen behoefte meer aan had. Als zij bang was geweest had ik dat gewoon gerespecteerd.'

Raymond: 'Bij ons is de seks veel minder geworden. En een paar weken voor de bevalling werd het gewoon ongemakkelijk, vooral voor haar. Zij voelde erna pijnlijke steken in haar baarmoeder, dat remde het ook. Dan ga jij je toch zorgen maken.'

Wouter: 'Ik had gedurende de hele periode seks, maar niet met mijn vriendin. Ik ben behoorlijk vreemdgegaan, terwijl ik dat voor de zwangerschap nooit had gedaan. Daar ben ik niet trots op, maar het idee van een baby gaf mij een extreem benauwd gevoel. Daar wilde ik uit breken. Het had ook niets met liefde te maken, maar met fysieke aantrekkingskracht die ik niet kon weerstaan. Ik zag die zwangere buik en kon dat niet meer koppelen aan lust.'

FEIT: INSCHEUREN GEBEURT MEESTAL RICHTING ACHTERKANT. INKNIPPEN DOET

DE GYNAECOLOOG ALLEEN ALS ER SNEL EXTRA RUIMTE NODIG IS, SOMS ZONDER VERDOVING.

Het is pijnlijk, er komt bloed bij kijken en soms is er nog paniek ook. Hoe hebben jullie het 'belangrijkste moment van je leven' ervaren?

Diederik: 'Ik stond ernaast. Op een gegeven moment zei de verloskundige dat ik echt moest komen kijken. Ik heb toen even gekeken, en ik vond het verschrikkelijk om te zien. Dat verfrommelde hoofdje, het zag er niét uit.'

Koen: 'Ik stond er pal bovenop. Het was een stuitligging, dus ik zag eerst een beetje. Normaal gesproken vind ik operaties op tv heel smerig, maar dit juist helemaal niet. Na de bevalling was ik volledig kapot van alle emoties.'

Niek: 'Je voelt je als kerel de grootste sukkel op aarde. Want je kan niks. Het had zoveel impact op mij, niet alleen dat je kind wordt geboren, maar ook dat je vriendin zulke helse pijnen kan doorstaan. Daar had ik extreem veel respect voor.'

Joost: 'Het was het meest heftige wat ik ooit heb gezien. Ik dacht sowieso dat het één grote droom was, of meer een nachtmerrie, helemaal toen er ook nog een verlostang

aan te pas kwam. Maar als je dan ineens een kindje hebt, dat is zo mooi.'

FEIT: HET DUURT ZEVENTIEN DAGEN VOOR DE BAARMOEDERMOND WEER IS GESLOTEN.

Als alle wonden zijn gebeeld en hechtingen verdwenen, mag er weer gesekst worden. Hebben jullie daar behoefte aan?

Koen: 'Ik zal het plaatje schetsen. Je bent om de twee, drie uur je kind aan het voeden. Je bent kapot, gesloopt. Dus nee, wij hadden geen seks binnen zeventien dagen. Dat ging eerder richting de drie maanden. Je bent gewoon te moe.'

Raymond: 'Mijn vriendin kreeg bij de eerste een keizersned. Een zware buikoperatie, en het herstel duurt erg lang. Er is tijd overheen gegaan voor we het allebei weer aandurfden, een maand of vier denk ik.'

Diederik: 'Mijn vriendin was gehecht. Toen we na twee of drie maanden weer met elkaar naar bed gingen, deed dat nog wel pijn. Dus het duurde even voor het weer op gang kwam. Ik was van te voren wel bang dat seks misschien anders zou gaan voelen. Of dat ik aan de bevalling moest denken. Maar dat was gelukkig helemaal niet zo.' >

Diederik:

'Wij zagen op tv Jan Smit optreden voor een zaal vol mensen met het Downsyndroom. Mijn vriendin zat ineens huilend naast me, en zei: "Als ons kindje zo is maakt het toch ook niet helemaal niet uit?!"'

Raymond:

'Terwijl mijn vriendin nog bij lag te komen van de keizersnede kreeg ik bij de couveuse mijn kind in mijn armen. Een uur lang durfde ik niet te gaan verzitten.'

FEIT: DIRECT NA DE BEVALLING WEEGT EEN VROUW VIJF À ZES KILO MINDER.

Maar de rest van de aangekomen kilo's zitten er nog aan. Vind jij je vriendin lichamelijk nog wel aantrekkelijk, nadat jullie kindje eenmaal is geboren?

Ferry: 'Mijn vrouw moest best veel gewicht kwijtraken. Daar had ze het ook veel over, en dat vond ik vrij vermoedend. Het is logisch dat er nog wat kilo's aanzitten, ontspan!'

Raymond: 'Ik vond het eigenlijk nog steeds een mooi buikje. Ik was vooral bang dat ze na de zwangerschap kort haar zou nemen. Van dat functionele haar. Ik heb altijd gezegd dat ik dan bij haar weg ga.'

Koen: 'Mijn vriendin wilde gewoon snel weer terug naar haar oude figuurtje. Dat vond ik fijn, want zo ken ik haar ook. Maar je hebt natuurlijk ook vrouwen die helemaal gaan verslonzen. Dat zou ik niet trekken. Schrijf dat maar op: vrouwen met kort functioneel haar in een joggingpak worden niet gewaardeerd.'

FEIT: JE KUNT EEN BABY NIET URENLANG ALLEEN LATEN, EN BORSTVOEDING EN SLAAPSCHEMA'S BEPALEN DE EERSTE PERIODE JE DAGRITME.

Ineens is er een mensje in buis dat alle aandacht opeist. Hoe gaan jullie om met deze ontwikkeling? En is er nog wel tijd voor intimiteit?

Niek: 'Ik heb de momenten van borstvoeding en slaapjes ook wel ervaren als tijd met elkaar. Mijn vriendin trok mij daarin mee, daar was ze heel goed in. Ze betrok me bij alles. En na een paar maanden slaapt je kindje gewoon door, dan heb je de avonden weer terug.'

Koen: 'Je krijgt een heel andere vorm van intimiteit. Je ligt vaak gewoon bij elkaar, houdt elkaar vast, probeert een beetje bij te komen. Ik vond dat een heel mooie tijd.'

Wouter: 'Vroeger was ik haar nummer één. Van die plek ben ik verstoten door mijn eigen kindje. Natuurlijk liever door je eigen kind dan door iemand anders, maar toch, alles is anders. Ik ben dol op ons kind, maar had niet gedacht dat de relatie met mijn vrouw zo anders zou worden. Soms zou ik willen dat we nog gewoon met z'n tweetjes waren.' *Diederik:* 'Seksueel is er bij ons niet echt iets veranderd. Alleen de timing is anders. We hebben nu vaak 's ochtends seks, omdat het dan niet uitmaakt als ze wakker wordt. 's Avonds ben ik bang dat mijn kindje wakker wordt en niet meer wil slapen.'

FEIT: IT TAKES TWO TO TANGO.

Moeder en kind zijn de hoofdrolspelers in de film die Kinderen Krijgen heet. Maar vaders zijn natuurlijk minstens zo belangrijk. Hoe is het om papa te zijn?

Niek: 'Het gaat vanzelf. Ik ben een betrokken vader, en ik ben ook wat zachter geworden. Je voelt je verantwoordelijk voor een klein wezentje. Zo'n kindje is afhankelijk van jou, heeft jou echt nodig. En dat voel je ook.'

Ferry: 'Ik probeer een leuke, betrokken vader te zijn, maar dat gaat niet over één nacht ijs. Ik zoek nog een manier waarop ik zo wel goed voor mezelf, mijn vrouw als mijn kind kan zijn. Het is lastig om die balans te vinden.'

Koen: 'Op het moment dat de kleine er is heb je direct dat vadergevoel. Maar je moet ook tijd aan jezelf besteden, anders kun je geen leuke partner en vader zijn. Maar dat vaderschap komt er wel bij, het geheel is groter geworden. Daardoor kun je onmogelijk niet veranderen.'

Joost: 'Door het verantwoordelijkheid gevoel doe je minder gekke dingen. Je gaat niet meer om zes uur 's ochtends met je dronken hoofd op de scooter zitten. Maar af en toe verlang je wel terug naar die tijd.' ●

Joost:

'Wij vinden het belangrijk om vaak op pad te gaan. Daarom hebben we een heel leger aan oppassen. Ik voel me daar niet schuldig over, om half acht slaapt je kind en die merkt het toch niet als je weg bent.'