



Joyce Schouten en Marijn van der Zwaard schreven een zwangerschapsboek voor de partner. FOTO: JASPAR MOULIJN

Bevallen voor vaders (en andere partners)

STEF ALTENA

GRONINGEN Voor aanstaande moeders zijn er kasten vol boeken beschikbaar over de zwangerschap. En de partners? Die komen er bekaaid van af. Twee Groningse deskundigen proberen dat te repareren.

Tuurlijk zijn ze er nog: aanstaande vaders die alles wat met de zwangerschap te maken heeft overlaten aan hun vrouw. Maar dat is een kleine minderheid, stellen verloskundige Joyce Schouten (praktijk Verloskees) en zwangerschapscoach Marijn van der Zwaard uit Groningen. Veel partners hebben juist behoefte aan informatie over de zwangerschap, de bevalling en wat daarna allemaal komt.

„Tijdens mijn cursussen komen de meeste vragen van de partner”, zegt Van der Zwaard. Hun zwangere vrouw heeft vaak een informatievoorsprong, die niet helemaal ingelopen wordt. Maar aanstaande vaders willen net zo goed beslagen ten ijs komen als de vliezen breken. Van der Zwaard: „Ze willen er niet als een houten klaas bijstaan, maar juist weten wat ze kunnen verwachten en hoe ze hun vrouw het best kunnen bijstaan”

Het is het soort info dat Schouten probeert over te brengen tijdens Bier, Bitterballen & Bevallingen, de op de man gerichte bevalingsvoorlichting die ze sinds een jaar of tien geeft in de kroeg. Tijdens de coronapandemie, die vier jaar geleden toesloeg, kwam aan alle voorlichting op locatie een eind. Maar aan de zwangerschappen bepaald niet. En aan de behoefte aan goeie info evenmin.

„Ik kreeg toen een vraag van een aanstaande vader of er voor hem nog wat te lezen viel om zich goed voor te bereiden”, zegt Schouten. Niet echt, was haar antwoord. „Voor aanstaande moeders is er genoeg”, zegt Schouten. „Maar voor de partners amper. Wat er wel is, gaat vooral over hoe je je hormonale vrouw zo goed mogelijk kunt verdragen. Dus niet hoe je haar kunt empoweren.”

Dan moeten we dat boek zelf maar schrijven, besloten ze. Vrijdag presenteren ze het bijna 300 pagina's tellende resultaat (*Wonderbaarlijk, een bevallingsboek voor partners*) in kinderledingwinkel Wijsneus in Groningen. „Het is niet alleen bedoeld voor aanstaande vaders”, verduidelijkt Schouten. „Ook voor vrouwenstellen. Of mensen die hun zus, dochter of vriendin willen steunen richting de bevalling.”

‘Tijdens mijn cursussen komen de meeste vragen van de partner’

Ze behandelen vragen als wat een wee eigenlijk is. Wat je kunt verwachten bij een bevalling en wat de verschillende medische situaties zijn die voorbij kunnen komen. „Daar geven we ook direct de context bij dat het heel vaak juist helemaal goed gaat. Ga je online zoeken of laat je je te veel beïnvloeden door dat ene bloederige verhaal van een vriend, dan word je onterecht bang”, zegt Schouten.

Heb je nu boek gelezen, dan sta je sterker op het moment dat het er op aan komt, belooft ze. „Als partner ben je bij een bevalling de op een na belangrijkste volwassene in de kamer, dus pak die rol ook.”

