

*kckz-
Special*



Andere gezinsvormen

Gasthoofdredacteur Sara Coster

Om hun kinderwens te kunnen vervullen, kiezen mensen soms voor een andere vorm van ouderschap. Bijvoorbeeld omdat je homo bent of lesbisch of trans of single. Sara Coster werkt als coach voor deze wensouders. Er is veel waarvooraf goed over nagedacht moet worden en waarbij (praktische) coaching dus zeker gewenst is.



Foto: Taliitha Hoppe

Sara is zelf ouder in een meeroudergezin: ze co-oudert met een homostel met wie ze twee zoons van 15 en 17 jaar heeft, die de ene week bij Sara wonen en de andere week bij hun vaders. In het boek *De wens en de vaders* schrijft zij haar verhaal van kinderwens tot regenbooggezin. "Mijn missie als kinderwenscoach is dat wensouders een goed geïnformeerde en weloverwogen keuze kunnen maken, zodat de kinderen in een zo goed mogelijk voorbereid gezin

terecht komen." Sara is ook bestuurslid bij Meer dan Gewenst, de Nederlandse stichting voor regenboogouderschap.

Kwetsbare tijd

Sara geeft ook (na)scholing over diversiteit in gezinsvormen aan professionals die hiermee te maken kunnen krijgen. Zij vindt het juist in de perinatale zorg belangrijk dat je meer weet van deze gezinsvormen. "Het is een kwetsbare tijd,



Indy maakte deze kerststal toen ze 9 jaar was. Zij is dochter van twee vaders en een moeder. De ster is haar overleden tweelingbroertje

waarin alles wat door de wensouders is bedacht in praktijk moet worden gebracht. Er zijn op vele gebieden tips te geven aan kraamverzorgenden. Handig is bijvoorbeeld om te weten dat in niet elk gezin de feitelijke ouders (die 'de pleisters

"Er is geen bijzonder en er is geen gewoon. Ieder gezin is uniek."

plakken') ook de wettelijke ouders zijn. Soms zijn ze dat pas na een hele tijd en soms kan het helemaal niet. Dat heeft gevolgen voor het nemen van medische beslissingen, maar ook voor verlofregelingen (die afwezige vader is misschien wel afwezig omdat hij geen geboorteverlof kan krijgen), en dit kan leiden tot onzekerheden bij die ouder."

Een echte vader

"Realiseer je ook", zegt Sara, "dat één ouder (of meerdere ouders) mogelijk biologisch niet verwant is met het kind. Toch zal deze zich net zozeer ouder voelen als de andere ouder en je moet

deze dus ook als zodanig benaderen. Vraag dus niet 'wie is de echte vader?' Je bedoelt dan waarschijnlijk 'wie is de biologische vader', maar hij is ook gewoon een echte vader voor zijn kind. Wel kan er sprake zijn van gemengde gevoelens. Een heterostel dat dankzij eiceldonatie een baby krijgt, kan enorm blij en verdrietig tegelijk zijn. Eindelijk ben je moeder, maar er is ook een andere zijde doordat het kindje biologisch niet van jou kon zijn."

Stel open vragen

"Doe **geen** aannames en stel open vragen", adviseert Sara. "Je stelt uiteraard vragen die je beroepshalve moet stellen. Je kunt daarnaast ook best vragen stellen uit positieve nieuwsgierigheid, maar **benoem** dat dan ook: 'Ik hoef het niet te weten hoor, maar wil je er meer over vertellen?' Vraag bijvoorbeeld niet plompverloren 'hebben jullie seks gehad voor de bevruchting?', of andere onpaste vragen."

De dagelijkse situatie

"Soms zal je als kraamverzorgende moeten wennen aan een bepaalde gezinsvorm of genderidentiteit van een ouder. Misschien sta je er zelfs niet helemaal achter. Besef dan dat wat voor jou 'niet gewoon' is, voor hen de dagelijkse situatie is. Je mag er uiteraard best wat van vinden, maar probeer dat te scheiden van je werk als professional. Er is geen bijzonder en er is geen gewoon. Ieder gezin is uniek. Ik hoop dat je deze special met plezier leest en er iets aan hebt. Bewaar hem om nog eens te kunnen naslaan. Kijk ook eens naar de lees-kijk-luister tips: er zijn prachtige verhalen van gezinnen, waaraan je veel kunt hebben."

Esther van der Zwan, directeur KCKZ: Vanuit het Kenniscentrum Kraamzorg vinden wij het belangrijk om in deze special aandacht te besteden aan andere gezinsvormen. We zijn heel erg blij zijn met Sara Coster als gasthoofdredacteur en haar expertise over dit onderwerp.



Keet (toen 5 jaar) tekende haar regenbooggezin

Diversiteit in gezinnen

Je wil graag een kind, maar er zijn redenen waardoor je niet binnen je relatie een biologisch kind kunt krijgen. Je bent bijvoorbeeld single of je valt op iemand van hetzelfde geslacht, je bent trans, je hebt als hetero-koppel vruchtbaarheidsproblemen of er zijn andere redenen. Gelukkig zijn er dan toch mogelijkheden om een gezin te stichten. Als kraamverzorgende is het belangrijk om meer van die andere gezinsvormen te weten en je ervoor open te stellen zodat jij, in die eerste zo kwetsbare fase, goede zorg kunt leveren. In dit artikel geef ik nadere uitleg met wat voorbeelden en tips voor jou als kraamverzorgende.

tekst: Sara Coster

Donor

Een vrouwenstel of single vrouw kiest bijvoorbeeld voor donorschap. Is er sprake van een kliniekdonor, dan is de donor bekend bij de kliniek, maar niet bij de ouder(s). Het kind kan vanaf dat het 16 jaar is gegevens als naam en woonplaats van de donor opvragen. De donor is niet verplicht om contact met het kind te hebben.

De donor kan ook een bekende zijn, iemand die de ouders kennen. In welke mate deze donor (donorvader) aanwezig en betrokken is in het leven van het kind kan verschillen. Hij kan bijvoorbeeld eenmaal per jaar langskomen, elke maand een middag met het kind op stap gaan of het kind maandelijks vier dagen bij zich hebben. De ouder(s) en het kind weten wie hij is, maar



hij is niet medeverantwoordelijk voor de opvoeding (dan zou het meer richting co-ouderschap gaan). Ouders en donor(vader) spreken de omgang zelf met elkaar af. Als kraamverzorgende is het belangrijk om te weten wat ze hebben afgesproken, ook met betrekking tot de naamgeving. Noemen ze hem donovader, papa of iets anders? Ook is het belangrijk hoe bijvoorbeeld de familie van de donor zich verhoudt tot het gezin. Worden zijn ouders ook opa en oma, en komen ze in het eerste rondje kraamvisite? Een nuttige website over donorschap is donorconceptie.nl

Intentioneel co-ouderschap

Dit bestaat ook in diverse vormen, bijvoorbeeld een single vrouw met een mannenstel, een single man met een vrouwenstel, vier ouders of twee ouders. (Intentioneel co-ouderschap is heel iets anders dan co-ouderschap na een scheiding.) Normaal gezien hebben ze elkaar vooraf heel goed leren kennen en van alles met elkaar besproken en ook vastgelegd bij een familierechtadvocaat. Bij een co-ouderschap deel je de opvoedingsverantwoordelijkheid. Het kind woont bijvoorbeeld de ene helft van de week bij zijn moeder(s) en de andere helft van de week bij zijn vader(s), net hoe ze het met elkaar hebben afgesproken. Beslissingen nemen ze samen, kosten delen ze, en een van de vaders kan het kind erkennen en gezag krijgen. De Nederlandse wet staat (nog) niet toe dat een kind wettelijk meer dan twee ouders heeft. Dat kan betekenen dat de ene vader wel geboorteverlof heeft en de andere niet. De geboortemoeder zou moeite kunnen hebben met het delen van het kind. Ze zullen langzaam naar het afgesproken schema groeien, maar daar kan zij - overweldigd door het moederschap - enorm tegenop zien. Uiteraard is er in de tijd

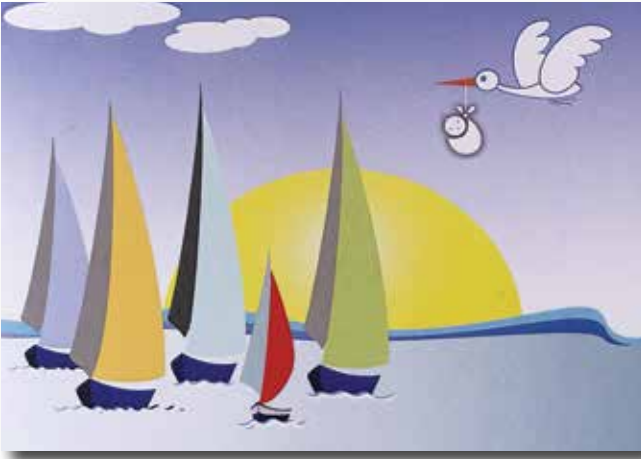
dat jij bij het gezin bent nog geen sprake van een schema. Wel is het belangrijk om je uitleg over de baby ook aan de vaders te geven. De vaders zijn na een lange periode papa geworden van deze Meer-dan-Gewenste baby en willen graag hun oudertaak oppakken. Jouw rol is soms meer coachend dan bij andere gezinnen. Houd ook de hoeveelheid kraamvisite in de gaten. Met vier ouders heb je een heleboel opa's en oma's en andere familie en vrienden. Wie hoort tot de inner circle, wie komt wanneer? Zoals een kraamverzorgende zei: "Je bent zo door je beschuift heen." Besef ook dat de vaders niet de intieme partners van de moeder zijn, dus zorg dat je bepaalde verzorgende zaken met de kraamvrouw privé houdt.

Draagmoederschap

Een draagmoeder draagt de baby voor de wensouders. Dit kind kan biologisch voor de helft of helemaal van de wensouders zijn. De draagmoeder kan zwanger zijn van haar eigen eikel en een zaadcel van de wensvader of van een van de wensvaders, maar ook van een eiceldonor, dus via IVF. De eiceldonor kan een

Welke woorden kies je

"Vraag de ouders welke formuleringen zij kiezen. Probeer die bewoordingen zelf ook te gebruiken en geef dit ook door aan je collega's. In het ene gezin heet de donor 'donor', bij het andere 'vader'; de draagmoeder kan 'moeder' worden genoemd of iets anders, vraag het! Kijk ook eens naar je dossiers en formulieren: hoe inclusief zijn die? Is de zwangere standaard een vrouw? Staat er overal vader/moeder of kan het ouder/verzorger 1 t/m 4 worden?"



Als kraamverzorgende kun jij hier de zorg hebben voor alleen de baby of alleen de draagmoeder of voor beiden, ook weer hoe ze hun kraamtijd hebben afgesproken. Ze hebben goed nagedacht over de bevalling: vraag dus wat ze willen. Normaal wil de draagmoeder de baby zelf aan de wensouders geven. Dat is háár gróte moment! Vast is ook nagedacht over het al dan niet aanleggen, over borstvoeding geven, kolven etc. Vraag hoe ze het wil, wat je voor hen kunt betekenen en vraag ook hier welke termen ze gebruiken: draagmoeder, moeder, tante-plus: het

kan van alles zijn. En wat zijn de kinderen van de draagmoeder? Zusjes, halfzusjes? Heb je vragen over draagmoederschap? Kijk dan op de website van de Nederlandse stichting voor draagmoederschap Zwanger voor een Ander: zwangervooreenander.nl

Transpersonen en ouderschap

Als je je niet identificeert met het geslacht waarmee je bent geboren, bijvoorbeeld als je bent geboren als meisje maar je voelt je echt een jongen, dan ben je transseksueel. Dit heeft niets met seksuele voorkeur te maken, maar met hoe je je voelt. Een mogelijkheid is dan om in transitie te gaan, tot je uiterlijke vorm bij je innerlijk past. Als kraamverzorgende kun je zo te maken krijgen met een transman die bevalt, doordat hij zijn baarmoeder en eierstokken nog heeft. Stel open vragen, onder meer naar welke woorden hij gebruikt. Hij kan je bijvoorbeeld vragen om het niet over vagina te hebben, maar daar een ander woord voor hebben. Helaas gaan alle systemen

bekende of familie zijn van de wensvader(s), maar kan bij een heterostel ook de wensmoeder zelf zijn. Kortom, enorm veel mogelijkheden, elk met eigen bijzonderheden.

De draagmoeder is in eerste instantie de wettelijke ouder; de wensouders hebben officieel dus geen recht op verlof. Als het goed is, hebben ze allerlei zaken geregeld met een gespecialiseerd familierechtadvocaat, zodat de baby wel met de wensouders mee mag. Uiteindelijk kunnen de wensouders ook voor de wet ouder worden en zo ook de officiële opvoedingsverantwoordelijkheid krijgen. Gewoonlijk blijft de draagmoeder altijd in beeld.



Openheid

Belangrijk is dat ouders vanaf de eerste dag open zijn naar hun kind over diens ontstaansgeschiedenis en afstamming. Er mogen geen geheimen zijn. Een kind bouwt zijn levensverhaal en als op latere leeftijd blijkt dat het een deel van deze geschiedenis moet herschrijven, kan dat schadelijk zijn. De waarheid is altijd beter dan een leugen.



Opmerkingen die ouders vaak te horen krijgen en ongepast vinden:

- "Wie is de echte vader?"
- "Dappere keuze!"
- "Hoe hebben jullie de bevruchting gedaan?"
- "Ben je niet bang dat je kind ook gay is"
- "Mist het kind dan geen vader?"
- "Ben je niet bang dat het kind hiermee gepest wordt?"

Daar tref je geen roze vlaggetjes met 'hoera, een meisje', maar met bijvoorbeeld 'hoera, een mensje'. Probeer de termen te gebruiken die zij aandragen. Dat is het belangrijkste en als je je vergist, dan zeg je gewoon sorry.

Kijktip: Ryan is zwanger, non-binair transpersoon bevalt van een baby, die ze non-binair opvoeden. Deze docu kun je bekijken op NPO3.nl.

Dit is een korte weergave van wat er allemaal te vertellen valt over de verschillende gezinsvormen en de perinatale geboortezorg. Het overzicht is zeker niet compleet, er zijn nog veel meer gezinsvormen en ieder gezin geeft er weer een eigen invulling aan. Er blijft dus altijd nog veel meer te vertellen.

Wil je meer weten?

Sara Coster geeft geaccrediteerde (na)scholingscursussen aan professionals over diversiteit in gezinsvormen, onder andere online op 30 januari en 5 april. De nascholing kan ook in company. Meer informatie vind je op www.saracoster.nl Ook kun je luisteren naar Podcast Verloskundig Baken, aflevering 43.

ervanuit dat de bevallende persoon een vrouw is. Leg dat uit, zeg dat je je best doet, maar dat er toch op allerlei plekken 'vrouw' staat. En als je het wel kunt aanpassen: doen!

Non-binair

Bij je geboorte krijgt iedereen een geslacht toegewezen: 'Gefeliciteerd, het is een jongetje! (of een meisje). Er zijn echter mensen die zich bij geen van deze twee geboortegeslachten thuis voelen, zij identificeren zich als non-binair. Zij kunnen je laten weten dat ze niet *hij* of *zij* genoemd willen worden, maar *hen/hun* of *die/diens*. Er zijn ook ouders die hun kind vrij van gender willen opvoeden.



kckz-
Special



'We doen het goed met ons drieën'

Foto: Golden Lining Fotografie

"Ik voel me geen alleenstaande moeder, maar meer één familie in twee huizen. We wonen op tien minuten fietsen afstand van elkaar en gaan soms samen op vakantie. Ik zou met niemand willen ruilen." Nina de la Croix heeft twee kinderen samen met homokoppel Rick Paul en René. Allemaal zijn ze heel blij met de situatie. Maar de eerste zwangerschap, bevalling en kraamtijd was zwaar. Zwaarder dan Nina, destijds zelf kraamverzorgende, ooit had meegemaakt. Gelukkig ging het bij de tweede allemaal heel goed.

Bepaalde verwachtingen

"We zagen alles heel rooskleurig in en waren reuze blij toen ik zwanger werd. Door mijn ervaring als kraamverzorgende had ik bepaalde verwachtingen, maar alles verliep heel anders. De hele zwangerschap was ik ziek en depressief. Ik moest steeds overgeven en had paniekaanvallen. 'Het komt wel goed' bleef ik tegen mezelf zeggen, maar dat gebeurde niet. Ik had een natuurlijke bevalling bij mij thuis. De twee vaders waren erbij. Nu wordt het beter, dacht ik. Maar binnen 24 uur werd ik met loeiende sirenes naar het ziekenhuis gebracht, omdat ik paniekaanvallen had. Daar kreeg ik antidepressiva. Ik bleef er één nacht, de baby was niet bij me. Dat had ik ook niet aangekund."

Bonden met de baby

"Thuis zorgden de vaders voor de baby. Zo konden zij meteen volwaardige ouders zijn voor Ko en met hem bonden. Dat was dan wel weer het mooie eraan. We hadden elkaar zo nodig! Voor mij verliep de kraamweek zoals ik nog nergens had meegemaakt. Ik balanceerde soms op de rand van een psychose. Fijn was dat er thuis een volle week lang een goede kraamverzorgster was, die me steunde waar ze kon, al was het voor haar zeker niet makkelijk. Ze hielp me met de borstvoeding. Ik voedde 's nachts één keer zelf en de andere voeding deden de vaders met afgekolfd melk. Dat was natuurlijk heerlijk voor ze en ik kon zes uur doorslapen."

De roze wolk

"Ik heb lang getwijfeld of ik wel een tweede zwangerschap wilde en aan zou kunnen. Dat ik het wilde, was snel duidelijk, maar het aandurven duurde langer. Ik heb goede hulp gekregen en had vervolgens een fantastische zwangerschap, een goede bevalling en een kraamtijd precies zoals je die wenst. Ik had een heel fijne kraamverzorgster bij de bevalling en de week erna, een vriendin die ik tijdens onze kraamverzorgersopleiding leerde kennen. Zij keek goed naar wat ik nodig had. Daardoor voelde ik me heel stevig. En toen ik met Bowie van een week oud in mijn armen bovenaan de trap stond en daar beneden Ko zag met zijn twee vaders, huilde ik van geluk. Daar was eindelijk de roze wolk, waarover iedereen het altijd had. Daarna bleef het een feestje. Ook dit keer woonden



Nina's gezin in de kraamweek

we de eerste drie maanden samen. Ko en Bowie noemen de twee meter lange Rick Paul 'papietje' en René 'papa'. Lief hé? Daar kwam Ko zelf mee, en Bowie nam het over. Het co-ouderschap is precies zoals ik het wilde. We zijn supergelukkig samen."

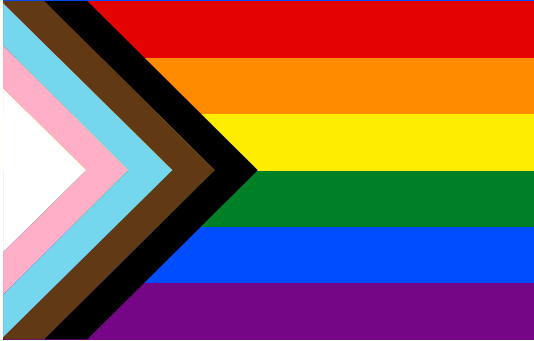
Spagaat

"Een kraamverzorgende is gewend dat vooral de moeder er voor de baby is. Maar wij zaten in een situatie, waarin de vaders net zoveel gingen ouderen als ik. Dus kregen zij van de kraamverzorgende dezelfde uitleg als ik kreeg. Tegen mijn verstand in, voelde ik me toch de belangrijkste voor de baby en zocht ik haar bevestiging daarin. Maar ik snapte het ook toen de mannen zeiden: 'ja maar, wij zijn net zo belangrijk'. Daar sta ik ook helemaal achter. Het is alleen zo heftig om een kind te dragen, te baren en hem dan te moeten delen. Zo vlak na de bevalling voelde me ik daardoor soms in 'n spagaat zitten. Goed was dat we de eerste drie maanden met ons allen samen woonden. Het begin was een rollercoaster, maar we hebben het goed gedaan met ons drieën."

Nina de la Croix (41) is cabaretière en BABS (buitengewoon ambtenaar burgerlijke stand) en was vlak voor zichzelf moeder werd ongeveer drie jaar kraamverzorgende. Rick Paul van Mulligen (41) is acteur en René van Bakel (37) is beeldend kunstenaar. Zoon Ko werd geboren in 2014, dochter Bowie in 2019.



Regenboogberichten



Regenboogvlag

De regenboogvlag werd in 1978 ontworpen door een Amerikaanse kunstenaar als symbool voor de Gay Pride Parade. De vlag symboliseert dat iedereen uniek is en erbij hoort. En dat iedereen zich geaccepteerd en veilig moet kunnen voelen, ongeacht geslacht, seksuele voorkeur of afkomst. Inmiddels is er ook de Progress Pride vlag, die staat voor meer inclusie en vooruitgang.

LHBTIQA+ Wat betekenen die letters?

L = lesbisch, H = homo, B = biseksueel, T = transpersoon, I = interseks, Q = queer A = aseksueel. De + staat voor al die andere mogelijke manieren waarop mensen zichzelf, dus hun gender of hun seksualiteit kunnen benoemen. Transpersonen zijn mensen die zich niet identificeren met het bij geboorte toegekende geslacht. Interseks personen worden geboren met een lichaam dat niet past binnen de geldende maatschappelijke normen van man of vrouw. Queer noemen zich mensen die hun seksuele voorkeur liever niet in een hokje plaatsen. Ook kan de Q staan voor Questioning, wat betekent dat mensen niet besloten hebben over hun seksuele oriëntatie of genderidentiteit of die onderzoeken. Onder de + valt bijvoorbeeld de P van Pan-seksueel en de N van Non-binair. Pan-seksueel zijn personen die zich aangetrokken voelen tot alle genderidentiteiten en biologische geslachten. Ze vallen niet op geslacht, maar op het karakter

of de persoonlijkheid van de ander. Non-binair is dat je je man noch vrouw of zowel man als vrouw voelt. Deze mensen willen bijvoorbeeld vaak aangesproken worden met die/diens in plaats van hij/zijn of zij/haar.

Stichting Durf

Bij DURF, Stichting Dutch Rainbow Familyprofessionals, zijn professionals uit allerlei beroepsgroepen aangesloten. Als jij of het gezin waar je kraamt zoekt naar bijvoorbeeld een advocaat, notaris, psycholoog, coach, die veel weet over regenbooggezinnen, dan kunnen ze via Durf een expert vinden. www.durf.online

Donorconceptie

Donorconceptie.nl is het landelijke informatiepunt over donorconceptie. Hier vind je enorm veel informatie over dit onderwerp, zowel voor donoren, wensouders, ouders en kinderen als voor professionals. Het informatiepunt is een samenwerkingsverband van diverse organisaties. www.donorconceptie.nl

Meer dan Gewenst

Meer dan Gewenst is de Nederlandse stichting voor regenbooggezinnen. Wensouders kunnen hier terecht voor informatiebijeenkomsten en voor speeddates waar je andere wensouders kunt ontmoeten. Ze organiseren ook kinderspeeldagen voor gezinnen en tal van andere activiteiten. Daarnaast lobbyt de stichting voor betere wet- en regelgeving, zichtbaarheid en acceptatie van regenbooggezinnen. www.meerdangewenst.nl



**MEER DAN
GEWENST**

Roze ouders van twee kinderen

Evelinn van Oijen (37), kraamverzorgende en doula, is getrouwd met Stephanie, samen zijn ze trotse moeders van twee kinderen. Hun eigen ervaringen met geboortezorgprofessionals waren helaas pijnlijk. “Gelukkig hoor ik ook vaak dat het wel goed gaat. Ik zie soms oproepen waarin specifiek een kraamverzorgende wordt gevraagd die bekend is met roze ouders. Dat zou eigenlijk niet nodig moeten zijn: de zorg is tenslotte hetzelfde.”



Evelinn met haar vrouw Stephanie, hun dochter Mylène en zoon Elan, vlak na de kraamweek

Tijdens de eerste zwangerschap, nu ruim zes jaar geleden, werd de vrouw van Evelinn volkomen door de verloskundige genegeerd: zij sprak niet tegen haar, keek zelfs niet naar haar. “Ik voelde me fysiek slecht, maar had daardoor niet het gevoel goede zorg te krijgen”, vertelt Evelinn. En dus wisselden de aankomende ouders van praktijk. Bij de tweede kraamtijd, nog geen jaar geleden, matchte het jammer genoeg niet met de kraamverzorgende. “Zij kende het niet: een kraamgezin met twee moeders en kon er haar draai niet in vinden. We zijn daarom na drie dagen maar met de kraamzorg gestopt.”

Mama en mam

Evelinn vertelt trots hoe hun dochtertje Mylène van nu zes jaar zelf bedacht om haar andere moeder voortaan ‘mam’ te noemen en Evelinn ‘mama’. Ze vond het toch te verwarrend om beide moeders ‘mama’ te noemen. “Mooi toch? Maar de kraamverzorgende leek juist dat niet te willen zien: dat mijn vrouw óók moeder is. Ze behandelde haar alsof ze iemand was die even op bezoek kwam.” Juist voor de niet-biologische ouder kan het soms toch al zwaarder zijn: “Want ook als niet-biologische

ouder heb je maanden naar de geboorte uitgekeken, maar je weet dat het kind niet op jou gaat lijken. Het is fijn als geboortezorgprofessionals daar aandacht voor hebben.”

Welk advies heb je aan kraamverzorgenden?

“Mijn advies is: communicatief! Stel je open voor beide ouders en vraag: Hoe zien jullie het voor je? Wat is voor jullie belangrijk? Hoe wil je aangesproken worden. Zeg gerust: het is nieuw voor me of ik weet niet goed hoe ik ermee om moet gaan. Probeer te voorkomen dat je persoonlijke mening het geven van goede zorg en aandacht in de weg staat. Iedereen maakt deze mooie periode immers maar een keer mee.”

Evelinn van Oijen (37) is oprichter van My Birth & Baby, een combi van natuurlijke kraamzorg en doula-zorg. Aanzet tot oprichting waren de ervaringen met geboortezorg tijdens de eerste zwangerschap. Nieuw initiatief van Evelinn is het platform [Ooievaarsplein.nl](https://www.ooievaarsplein.nl), waar onder meer trainingen voor professionals over natuurlijke geboortezorg worden aangeboden.

Lees-, kijk- en luistertips

Deze boeken, podcasts, docu's en kinderboekjes bieden een kleurrijk beeld van de vele gezinsvormen die er zijn. Ze laten je die soms ook van binnenuit beleven. Het zijn natuurlijk ook leuke tips voor jouw eigen regenboogkraamgezinnen.



Boeken met ervaringsverhalen

De wens & de vaders

Humoristisch en ontroerend verslag van hoe Sara Coster op zoek ging naar haar prins om kinderen mee te krijgen. En hoe zij uiteindelijk gelukkig werd als co-ouder met een homokoppel met wie ze nu twee zonen heeft. (Geschreven door Sara Coster.)

Papa's 2 Be - Hoe twee mannen papa's worden

Ontroerend dagboek van twee mannen die dolgraag een kindje willen, tegen talloze obstakels aanlopen, dan een draagmoeder vinden en nu meer dan blij zijn met hun zoon Tom. (Geschreven door Sjors Veenendaal en Aart van der Haven.)

Wij willen ook een kind

Wegwijzer voor wensouders. Mirella is zelf wensouder en had zo'n handig boek graag gehad toen zij en haar vrouw Claudia op zoektocht waren naar de beste constructie om een kind te krijgen. (Geschreven door Mirella van Markus en Jorinde Benner.)

Podcasts

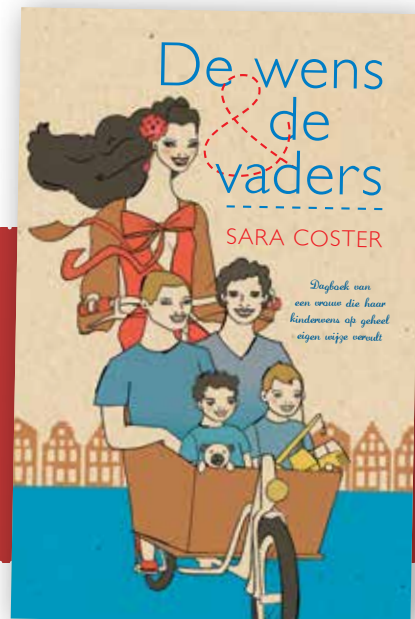
Diversiteit in gezinnen met Sara Coster

Podcast van Verloskundig Bakken met tips en uitleg over andere gezinsvormen voor professionals in de perinatale zorg. *Kijk op verloskundigbakken.nl (aflevering 43)*

De Hoeksteen 2.0

Een podcast over moderne gezinnen. Ervaringsverhalen van andere gezinsvormen, zoals donorconceptie, draagmoederschap of co-ouderschap. *Te vinden via de app stores van Apple en Google Play.*

Korting: Bestel het boek *De wens & de vaders* van Sara Coster met kortingscode **Kraam22** en betaal niet €15,00 maar slechts €11,00 euro inclusief verzendkosten **in** Nederland op info@saracoster.nl





Boekjes voor kinderen

Een bijzonder gewoon gezin

Prentenboekjes voor kinderen die na spermadonatie zijn geboren in een vader-moeder gezin, in een twee-moeder gezin en in een single-moeder gezin. Sinds kort zijn er ook prentenboekjes voor kinderen die zijn geboren na eiceldonatie. Er zijn versies voor kinderen tot en met 3 jaar, en een boekje voor iets grotere kinderen, waarin de zaadjes, eitjes en de dokter worden geïntroduceerd. *Kijk op eenbijzondergewoongezin.nl*

Een Zee van Liefde

Kinderboeken waarin kinderen van regenbooggezinnen centraal staan, die zijn er nog niet veel. Daarom is *Een Zee van Liefde* gemaakt, een kleuterboek over dolfijn Flip die twee moeders heeft. *Het boek is gratis te downloaden via www.saracoster.nl (te vinden bij de kijk-, lees- en luistertips).*

Documentaires

Lauren! Ik wil een kind

Lauren Verster, zelf pas moeder geworden, volgt in deze serie twee jaar lang stellen en singles met een kinderwens, voor wie het krijgen van een kind niet vanzelfsprekend is. Zij leert wensouders kennen in diverse gezinsvormen zoals co-ouderschap, draagmoederschap of met hulp van een donor. *Deze documentaire-reeks kun je bekijken op np03.nl (zoek op: Ik wil een kind)*

Dubbel geluk

Esmée van Loon groeide op met twee moeders en wil weten hoe leeftijdsgenoten met dezelfde thuissituatie dit hebben ervaren. In de docu vertellen Marijn, Dora en Lieke die ook homoseksuele ouders hebben, hoe deze gezinssamenstelling hen heeft gevormd. *Te bekijken op Human.nl/2doc (zoek op: dubbel geluk)*

Keer vier: over opgroeien met vier ouders

Floris heeft twee homoseksuele vaders en twee lesbische moeders. Voor hem de normaalste zaak van de wereld, maar niet voor iedereen. Juridisch gezien kan hij ook niet door alle vier zijn ouders worden erkend. *Deze documentaire van NH Nieuws kun je bekijken op YouTube (zoek op: documentaire keer vier)*



Ontwerp geboortekaartje: Moonlig Priem



Foto: Rayke Geboortefotografie

'Je bent voor de rest van je leven met elkaar verbonden'

Sanne Meijrink (41) heeft een zoon, maar wilde graag nog een keer zwanger worden. Zij sprak met bewust alleenstaande vader Erik af zijn kindje te dragen en te baren. Mollie is nu één jaar, woont bij haar vader, ziet Sanne nog regelmatig en noemt haar mama.

Hoe kwam het draagmoederschap op je pad?

"Ik heb een zoon van twaalf die ik alleen opvoed, zijn vader woont in India, en ik wilde niet nog een kind. Maar zwanger, dat wilde ik graag nog een keer zijn. Ik kende een heterostel dat steeds miskramen kreeg en dacht: 'voor jullie zou ik het zó willen doen'. Toen ontstond bij mij het idee. Het heterostel raakte gelukkig toch succesvol zwanger en kregen een kindje. Bij mij bleef het gevoel iemand te kunnen helpen en ik ben op zoek gegaan naar wensouders. Via een besloten

Facebookgroep kwam ik in contact met Erik en het klikte meteen tussen ons."

Wat was jullie volgende stap?

"Belangrijk is dat je elkaar goed leert kennen, een stevige vriendschap opbouwt en over alles wat je kunt bedenken afspraken maakt. Tenslotte ben je voor de rest van je leven met elkaar verbonden. Die afspraken leg je vast bij je advocaat in een draagmoederovereenkomst. Het proberen zwanger te worden, duurde bij ons vier rondes en deden we met een potje en 'n spuitje. Ik kan je wel vertellen

dat veel mensen deze vraag aan draagmoeders stellen. Onze manier met mijn eigen eicel heeft laagtechnologisch. Biologisch gezien is Mollie dus mijn dochter en de halfzus van mijn zoon, ook al groeit ze hier anderhalf uur rijden vandaan op.”

Hoe ging het bij de verloskundige?

“Dat ging heel goed. Erik ging naar elke afspraak mee. Er werd positief gereageerd op zijn voornemen het alleen te gaan doen en goed meegedacht. De bevalling gebeurde uiteindelijk in het ziekenhuis. Ik mocht vanwege corona maar twee mensen meenemen. Dat werden de vader en een professionele geboortefotograaf. Daar koos ik heel bewust voor. Niet alleen om zelf te kunnen terugkijken, maar ook voor Mollie later.”

Hoe verliep de bevalling?

“Heel rustig en relaxed. Ik had zelfs nog tijd om TikToks te maken. Na een paar uur dacht ik opeens: ‘Dit herken ik; dit begint pijn te doen.’ Ik had bij toeval een luxe suite, waarin het bad al klaar stond. Daar ben ik toen in gestapt, op mijn hurken gaan zitten en in één perswee was de baby eruit. Een droombevalling, hoewel de placenta vervolgens wel lastig loskwam. Daarna werd de baby bij me aangelegd. Ik wilde namelijk heel graag moedermelk geven. Zo kon ik rustig met haar opstarten en kon ik haar ook laten wennen. Toen ik er aan toe was, heb ik Mollie officieel aan Erik, haar vader, overhandigd.”

Hoe ging het daarna?

“We reden midden in de nacht naar het huis van Erik, waar we een fijne kraamtijd doorbrachten. Erik verzorgde Mollie, terwijl ik kon bijkomen. De kraamverzorgende die ons opstartte, kwam wel voorzichtig informeren of dit wel allemaal oké was voor mij. Goedbedoeld, maar voor mij hoefde ze dat niet te vragen. Daarna kwam een doorgewinterde kraamverzorgster met heel veel jaar ervaring, die goed meedacht en als de rolverdeling haar niet duidelijk was, dat gewoon vroeg. Vragen als ‘Is het nou niet heel moeilijk?’ of de ergste: ‘Heb je al spijt?’ kreeg ik gelukkig niet te horen, andere draagmoeders wel, en daar zit je niet op te wachten. Je hebt een bewuste keuze gemaakt. Kraamtranen betekenen niet per definitie dat je de baby toch zelf wil houden, maar zijn de hormonen! Blijf als kraamverzorgende vooral vragen



en probeer je aannames achterwege te laten. Ik voedde Mollie zelf, ging na twee nachten over op fulltime kolven en ben dat zes maanden blijven doen. Ik had zoveel productie dat Mollie nog tot net na haar eerste verjaardag een flesje per dag kreeg. Na de kraamtijd ging ik naar mijn eigen huis en bleef Mollie bij Erik. We bellen elkaar een paar keer per week en zien elkaar geregeld. Dat is niet meer zo intensief als tijdens de zwangerschap, maar helemaal goed.”



Kaï



Ontwerp geboortekaartje: Senad Alic

Colofon

Tekst en redactie: Sara Coster, Hansje Verbeek & Laura Jansma, december 2022

Met veel dank aan de geïnterviewden, aan de gezinnen die hun geboortekaartjes deelden, en, niet te vergeten, Sara Coster, die haar kennis en expertise deelde en haar netwerk betrok om deze special voor elkaar te krijgen.