



Er komt een baby bij!

‘Pien wil echt geen broertje’

Redacteur Brigiet Bluiminck is zwanger van de tweede. Vreugde en jolijt alom. Maar betekende het de vorige keer dat ze vooral zichzelf moest voorbereiden op de komst van een kind, nu moet dat bij ‘grote zus’ Pien (2).

‘Gefeliciteerd!’ Het is 20 mei 2009 als er een plusje verschijnt op de zwangerschapstest die mijn vriend vasthoudt. Ik durf niet te kijken, maar ben ontzettend blij. Ik ben weer zwanger! Joehoe! Maar waar ik de vorige keer vooral mezelf geestelijk moest voorbereiden, denk ik nu direct aan Pien. Want hoe stoom je een peuter een beetje klaar voor het ‘grote zussenschap’? We besluiten het Pien al snel te vertellen. Zeker omdat ze bij gebrek aan oppas meegaat naar de termijnecho en we daarna ook familie en vrienden willen inlichten. Ze begrijpt het dan misschien nog niet helemaal, maar het voelt niet goed om het voor haar achter te houden. Pien neemt het nieuws ter kennisgeving aan, maar het blijft wel hangen. Uit het niets kan ze ineens zeggen: ‘Mama baby in de buik’, en als er op de crèche een keer een invaller is, tilt ze mijn jurk op (en bedankt...) om de juf te laten zien dat er écht een baby in mijn buik zit. Zelf proberen we het onderwerp zoveel

mogelijk te laten rusten. Het duurt immers nog ruim een half jaar voordat de baby zich aandient en dat lijkt me nog veel te ver weg voor een tweejarige. Ook ikzelf ben er nog niet heel erg mee bezig. Als ik straks écht een dikke buik krijg, is er nog tijd genoeg om Pien erbij te betrekken. ‘Een goede zet,’ zegt Ouders van Nu pedagoog Marga Schiet. ‘Je oudste kind voorbereiden is belangrijk. Maar het heeft weinig zin om daar al heel vroeg mee te beginnen als je nog een jong kind hebt. Als het maandenlang alleen maar over de baby gaat en er vervolgens niets gebeurt, dan kan een kind daar niks mee. Het is goed om tot die tijd het normale leven zoveel mogelijk zijn gangetje te laten gaan.’

Een kwartiertje op de bank

De zomer loopt op z’n eind als de dikke buikentijd definitief aanbreekt. Omdat ik last heb van m’n bekken en bil, krijg ik al snel het advies om zo min mogelijk te tillen. Pien, toch zestien kilo schoon aan de haak, moet nu dus zelf de trap op en af. Gelukkig is ze inmiddels tweeënhalft en lukt dat prima. Volgens Marga is het ook goed om gewoon uit te leggen dat je een dikke buik hebt en daarom iets niet meer zo goed kunt. ‘Een kind heeft recht op eerlijke informatie,’ vindt de pedagoog. Vanwege diezelfde dikke buik, ben ik nu ook af en toe moe. En niet om 23.00 uur, maar om 15.00 uur. Vooral als m’n >

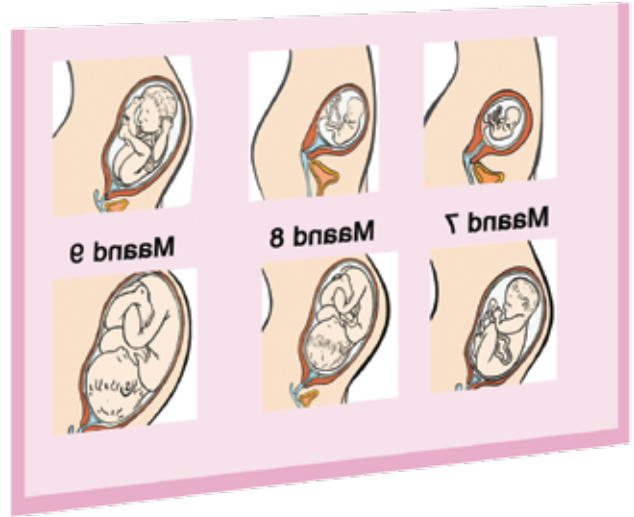
Pien doet haar shirt omhoog om ook naar haar buik te laten luisteren

bilkwaaltje opspeelt. Een heel enkel keertje zwicht ik dan voor een kwartiertje op de bank. En ja, dan voel ik me schuldig. Maar Marga stelt me weer gerust. 'Dat schuldgevoel hebben veel vrouwen, maar je kunt gerust tegen je kind zeggen dat je even moe bent. Zeg dan niet: 'Ga jij maar even spelen,' maar bijvoorbeeld: 'Kom er maar eventjes gezellig bijliggen.' Het is voor een kind goed om te leren dat je niet de hele dag met haar kunt spelen. Als de baby er eenmaal is, kan dat namelijk ook niet.'

Buikendokter

Na een week of zestien gaat Pien voor het eerst mee naar de verloskundige. Om het begrijpelijk te maken, maak ik er 'buikendokter' van. De 'dokter' kijkt immers vooral naar mijn groter groeiende buik. Als ik plaats neem om het hartje te horen, mag Pien naast me liggen. Ook zij doet haar shirtje omhoog en als het hart van baby luid en duidelijk klopt, luistert de verloskundige ook even naar haar buik. Dat is zo schattig. We kijken elkaar aan. Het voelt intiem en lief om hier met haar te liggen.

Na het buikenluisteren verblijdt de receptioniste Pien met twee stempels: een vis en een poes. Vier weken later herhaalt



het zich en weer een maand later wordt het een ritueel. Pien heeft er plezier in en gaat graag mee. Ze vraagt zelfs regelmatig of we naar de 'buikendokter' gaan. Ze kent de weg naar de spreekkamer op haar duimpje en is inmiddels vrienden met de pluchen speelgoedpoes in de wachtkamer. En na afloop vraagt ze bij de assistente zelf om een stempeltje. 's Avonds thuis spelen we op Piens verzoek regelmatig 'buikendokter' en voelen we aan elkaars buik. 'Ik gezond,' concludeert dokter Pien dan.

'Ik hiw geen boertje'

Boeken schijnen ook heel verantwoord voorbereidingsmateriaal te zijn. Ik koop *Ik wil geen broertje*. Zelf vind ik de tekeningen superleuk en het verhaal erg grappig. Het gaat over muis Willemijn die een broertje of zusje krijgt. Maar Willemijn wil absoluut geen broertje en bedenkt een actieplan om het broertje buiten de deur te houden. Uiteindelijk blijkt het gevreesde broertje een zusje te zijn en uiteraard heel erg schattig. Ik lees het een paar keer voor, maar Pien vindt het minder boeiend dan ik. Een paar weken later zit ze op de schommel en dan vraag ik of ze een voorkeur heeft voor broer of zus. Pien zegt: 'Ik zus. Ik hiw niet boertje.' Pardon? Ik moet om haar lachen. Hoe komt ze erbij? Pas weken later bedenk ik me dat dit misschien komt door het boek. Voorlopig lees ik het maar even niet meer voor. Maar zou het tóch helpen als we concreet zouden kunnen zeggen of er een broertje of een zusje in aantocht is? Volgens Marga hoeft dat niet. 'Net als dat ze op deze leeftijd niet weet hoe het zal zijn als er een baby is, weet ze ook niet hoe het is om een broertje of zusje te hebben.' >

Nog meer praktische tips van de pedagoog

- Leg van tevoren goed uit hoe het straks zal gaan. Als je in het ziekenhuis wilt bevallen, zeg dan dat je naar het ziekenhuis moet en dat oma of de oppas dan komt om op je oudste te passen.
- Ga vaak langs bij mensen waar een baby is.
- Zeg niet steeds tegen de oudste dat ze groot moet zijn.
- Zeg niet dat een baby alleen maar leuk is of dat je oudste er straks fijn mee kan spelen. Dat is namelijk niet zo. Het zal soms ook niet zo leuk zijn.
- Het is goed om je kind te betrekken bij de voorbereidingen, zoals het wassen van kleertjes en het klaarzetten van de wieg.

Oeps, je kunt je kind blijkbaar ook té vroeg enthousiast maken

Bij de komst van een tweede komen natuurlijk ook heel praktische zaken kijken. Neem een eigen slaapplek voor het nieuwe gezinslid. Moesten we de vorige zwangerschap nog op zoek naar een heel nieuw huis, nu hoeven we alleen maar een logeerkamer om te toveren tot peuterkamer. Appeltje eitje. Helaas beginnen we pas met 27 weken en blijkt dat 'alleen' een muurtje voorzien van een kek kleurtje niet volstaat. Volgens Marga is het wel belangrijk om de klus tijdig te klaren. 'Een baby is voor een oudste kind een aardverschuiving. Probeer daarom rond de geboorte geen extra veranderingen aan te brengen. Een ander bed of een andere kamer kun je het best zo snel mogelijk doorvoeren. Zo ziet het oudste kind de baby los van de andere verandering. Drie maanden van tevoren is daarbij ideaal.' Dat gaan we niet halen, maar ik maak Pien alvast enthousiast door uit te leggen dat de grote kamer haar nieuwe kamer wordt, maar dat we nog wel moeten klussen. Als rasechte peuter denkt ze dat we diezelfde avond nog gaan verbouwen én gaan slapen



in de nieuwe kamer. Ze pakt een fictieve hamer en begint alvast als een volleerd Bob de Bouwer te klussen. Ze is helemaal hyper en slaapt die avond teleurgesteld en slecht in haar vertrouwde kamertje. Foutje van mij, enthousiasmeren kun je blijkbaar ook té vroeg doen.

Ikke kleine baby

Inmiddels is het tien weken voor *Delivery-day*. Niet dat ik er een hard hoofd in heb, maar ik zie de komst van de baby zonnig in. Uiteraard op een enkele hobbel – zoals de bevalling – na. Pien lijkt dol op de baby's van vriendinnen en is meer dan ooit bezig met haar poppen. Die moeten slapen, aan tafel eten in een kinderstoel of worden door haar rondgescheurd in de buggy. 'Dat is heel goed,' legt Marga uit. 'Peuters praten nog niet, maar spelen dingen uit. Zo is ze er op haar manier mee bezig. Maar dat ze baby's leuk vindt, zegt op zich niets. Bijna alle kinderen vinden baby's leuk, maar niet het feit dat de baby zoveel aandacht van papa en mama vraagt.'

Oké, baby's leuk vinden zegt dus niks, maar wat als Pien er nu af en toe zelf ook eentje wil zijn? Is dat normaal? 'Op zich wel,' legt Marga uit. 'Ze gaat even een fase terug en dat betekent dat ze het even niet meer aankan. Vaak gebeurt dat als een kind moe is.' Hmm, dat zou goed kunnen. Maar zijn we niet te veel met de baby bezig? 'Dat kan,' zegt Marga, 'maar dat hoeft niet. Het is niet erg om er even in mee te gaan, maar als je kind de hele dag een baby wil zijn, gaat het te ver.' Dat is gelukkig niet zo. De rest van de dag is Pien gewoon prinses, jarig of 'grote zus in wording'. ■

Tips van Brigiet

- dvd Knofje
- *De buitelende baby in mama's buik*, Thomas Svensonn, Ploegsma
- *Niet eerlijk!*, Anita Harper, uitgeverij De Vries- Brouwers