

DE PAPA PARADOX



— PAUL RAEBURN —

DE PAPA PARADOX



LANNOO

Voor mijn vader en moeder,
die samen een zeer indrukwekkend team vormden

En voor Elizabeth en mijn kinderen

www.lannoo.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Oorspronkelijk verschenen in het Engels onder de titel
Do Fathers Matter? What Science Is Telling Us About the Parent We've Overlooked

Auteursfoto: Chellise Michael

Omslagfoto: Corbis

Omslagontwerp: Studio Lannoo

Vormgeving: Studio Lannoo i.s.m. Keppie & Keppie

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2014 en Paul Raeburn
Publicatie met toestemming van Scientific American,
onderdeel van Farrar, Straus and Giroux, LLC, New York.
D/2014/45/585 – ISBN 978 94 014 2037 2 – NUR 770

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUD

7	Inleiding: De zolder opruimen
19	1 De wortels van het vaderschap: pygmeeën, vinken en hongersnood
39	2 Conceptie: de genetische krachtmeting
63	3 Zwangerschap: hormonen, depressie en de eerste ruzie
85	4 Vaders in het lab: van muizen en mensen ¹
111	5 Zuigelingen: hoe vaders hersenen worden gevormd
129	6 Kinderen: taal, leren en Batman
143	7 Tieners: afwezigheid, puberteit en trouwe prairiewoelmuisen
163	8 Oudere vaders: de voordelen en risico's van uitstel
183	9 Wat vaders doen
203	Epiloog: vaders doen ertoe
209	Met dank aan
213	Index
221	Eindnoten
231	Over de auteur

INLEIDING DE ZOLDER OPRUIMEN

Ik raakte op de gebruikelijke wijze geïnteresseerd in vaderschap: ik werd vader. In de jaren 1980 kreeg ik drie kinderen uit mijn eerste huwelijk – twee jongens en een meisje, die nu volwassen zijn en het goed doen. Tien jaar geleden ben ik hertrouwd met Elizabeth, met wie ik nog twee jongens heb gekregen. Vrienden vroegen me toen of het deze keer misschien anders was om vader te worden. Ik loog. ‘Ja, tuurlijk, alle fouten heb ik immers al gemaakt’, zo blufte ik dan. ‘Dit keer kan ik het alleen nog maar goed doen.’ Mijn oudere kinderen waren het eens met de eerste bewering, maar hadden de nodige twijfels over de tweede.

Eerlijk gezegd voelde ik me de tweede keer niet beter voorbereid dan de eerste keer. En al snel kreeg ik door dat ouderschap voor mij nog steeds een kwestie van vallen en opstaan was. Ik zag mezelf weer fouten maken – soms trad ik zelfs in herhaling.

De eerste keer was ik voornamelijk intuïtief te werk gegaan, vanuit de overtuiging dat ik een heel eind zou komen met liefde en aandacht. Volgens een van mijn toenmalige uitgevers, een ruwe krantenman met warzig wit haar, een kreukelig pak en een slordig geknoopte das, die nogal een voorkeur had voor lome Bourgondische lunches, was het allerbelangrijkste wat je kon doen: tegen je kinderen zeggen dat je van hen hield én tijd aan hen besteden. En dat deed ik dan ook. Hoewel het geen slecht advies was, ging ik me gaandeweg toch realiseren dat dit eigenlijk veel te weinig was.

De tweede keer had ik meer vragen. Wat moeten vaders nu eigenlijk doen voor hun kinderen? In hoeverre doen vaders ertoe? En wat doen kinderen op hun beurt voor hun vader? Veel mensen, onder wie mijn vroegere uitgever, menen een pasklaar antwoord te hebben op deze vragen. Ook onze ouders, die in dit opzicht vaak de wijsheid in pacht menen te hebben, wijzen ons maar al te graag op onze fouten zodra we zelf een

gezin gaan stichten. Leraren, vrienden en collega's weten kennelijk allemaal precies wat we moeten doen met onze kinderen, en velen van hen zijn er dan ook op gebrand om ons, al dan niet gevraagd, van advies te dienen. Indien je, net als ik, in New York City woont, zijn wildvreemden op straat er altijd als de kippen bij om je te vertellen dat een baby met dit weer toch echt niet naar buiten mag, of dat je een paraplu had moeten meenemen om te voorkomen dat de baby kouvat. (Het verband tussen het gebruik van een paraplu en kouvatten is een wetenschappelijk probleem dat ik graag overlaat aan een ander.)

We zien dit fenomeen niet alleen bij vrienden en kennissen, maar ook bij beroemdheden en in de populaire cultuur, beter bekend als popcultuur. Toen Alex Rodriguez van honkbalteam de New York Yankees werd geschorst vanwege het gebruik van illegale doping ter verbetering van zijn prestaties, gaf hij zijn weggelopen vader de schuld van zijn ondergang.² 'Deze gebeurtenis, de verdwijning van zijn vader, waardoor hij nu zo ontspoord, zo stuurloos is, vond plaats toen hij negen was', zo schreef George Vecsey in *The New York Times*. 'Dit is geen populaire psychologie ter verklaring van een man die beknelde raakte in de vliegtuigpropeller van de grotmensenwereld. Dit is zijn eigen theorie.'

Deze populaire psychologie, want dat is het toch, maakt ons uiteraard niet wijzer dan onze goed bedoelende vrienden en familie. Evenals velen van ons meent Rodriguez te weten in hoeverre hij is beïnvloed door zijn vaders afwezigheid en waarom dit hem er waarschijnlijk toe heeft gebracht om te grijpen naar illegale prestatieverhogende middelen, waardoor hij zijn baseballcarrière in de waagschaal legde. Hij heeft uiteraard recht op een eigen mening, maar eigenlijk weet hij niet of er wel iets van zijn theorie klopt. Velen van ons hebben zo hun eigen gedachten over in hoeverre onze vaders ons al dan niet tot steun zijn geweest tijdens het opgroeien, maar zelfs Rodriguez kan niet zeker weten of hij inderdaad gelijk heeft. Dat is een van de dingen die ik met dit boek hoop recht te zetten. Als wetenschapsjournalist ben ik nu eenmaal geïnteresseerd in alles waarvan we wéten dat het waar is, en niet in dat waarvan we ménen dat het waar is. Veel van mijn werk als journalist heeft altijd slechts één doel gediend: stereotypen en halve waarheden vervangen door wetenschappelijk vastgestelde waarheden. Toen ik me voor de tweede keer in

het vaderschap stortte, leek het me wel handig om diezelfde benadering nu ook eens toe te passen op onze opvattingen over vaders. Hoe meer ik begon te twijfelen aan alles wat ik al wist, des te meer vond ik om aan te twijfelen. Is *bonding** met zuigelingen alleen voorbehouden aan moeders? Leveren vaders een bijdrage aan de taalontwikkeling van hun kinderen? Hoe beïnvloeden vaders de schoolprestaties van hun kinderen? Hebben ze enig overwicht over hun tienerkinderen? En vormen oudere vaders, zoals we onlangs nog hebben gezien in het nieuws, inderdaad een risico voor hun kinderen?

Wat we menen te weten over dit soort zaken, is grotendeels gebaseerd op misvattingen. Het is nu hoog tijd om eens flink de bezem door de zolder te halen, ons voorgoed te ontdoen van al deze fabels en vooral eens goed te kijken naar hetgeen onderzoekers ons leren over vaders en hun kinderen en gezin. Het korte antwoord luidt dat vaders enorm belangrijk zijn in het leven van hun kinderen, op een manier die door zowel wetenschappers als opvoedingsdeskundigen over het hoofd is gezien.

Tot de jaren 1960 en 1970, toen vrouwen in groten getale begonnen toe te treden tot de arbeidsmarkt, speelden vaders een belangrijke – en vaak onvolprezen – rol in het gezin. Zij brachten het geld binnen om hun gezin te huisvesten en te voeden en de kinderen te voorzien van een extra-tje voor danslessen, sportactiviteiten en een fiets. En hoewel het verdienen van de kost misschien niet de meest aansprekende opvoedingstaak van een ouder lijkt te zijn, was dit toch van essentieel belang: niets is zo ontwrichtend in een kinderleven als armoede. De zekerheid van voeding, huisvesting en geen armoede was van groot belang.

Maar was dit het nou? Wat konden vaders nog meer opeisen als bijdrage aan de opvoeding en ontwikkeling van hun kinderen?

Nog maar één generatie geleden, in de jaren 1970, hadden de meeste psychologen en andere ‘deskundigen’ een gemakkelijk antwoord paraat op die vraag: weinig. Wat zuigelingen betreft, overheerste destijds nog de gedachte dat met name vaders nauwelijks of geen rol speelden. In 1976 schreef Michael E. Lamb, ontwikkelingspsycholoog en pionier op het gebied van onderzoek naar vaders, dat de nadruk op moeders tijdens de ontwikkeling van zuigelingen zo eenzijdig was dat het wel leek alsof ‘de

* Het krijgen of het nastreven en stimuleren van een emotionele band; ook wel ‘hechting’ genoemd.

vader een vrijwel irrelevante entiteit is in de sociale wereld van een zuigeling'.³ Decennialang hadden psychologen voetstoots aangenomen dat 'de moeder-zuigelingband uniek is en oneindig veel belangrijker dan alle gelijktijdige, en zelfs ook latere, relaties'. De band met deze koesterende en beschermende volwassene zou de zuigeling een evolutionair voordeel opleveren – zelfs Darwin had deze exclusieve focus op de moeder onderschreven, zo beweerden de deskundigen, en wie waagde het nou om Darwin tegen te spreken?

Er bestond weinig bewijs voor de irrelevantie van vaders. Maar anderzijds waren er ook nog amper gegevens waaruit het tegendeel bleek. Slechts weinigen hadden de vraag gesteld, en niemand wist het antwoord. De irrelevantie van vaders was bij onderzoekers inmiddels een soort geloofsartikel geworden, en waarom zou iemand van hen iets in twijfel trekken waarvan ze *wisten* dat het zo was?

Lamb was een van de eersten die de juistheid van deze veronderstelling begonnen te betwijfelen. Er verschenen meteen ook diverse onderzoeken waarin werd geopperd dat de band tussen moeders en kinderen misschien wel lang niet zo sterk was als anderen tot nog toe hadden aangenomen, en dat de hoeveelheid tijd die moeders en zuigelingen samen doorbrachten, geen goede voorspeller was van de kwaliteit van hun verdere relatie. Uiteindelijk verklaarden enkele onderzoekers die het zowaar hadden aangedurfd om eens elders te rade te gaan, dat 'de interactie die ten minste sommige zuigelingen hebben met hun vader, prettig is en wordt gekenmerkt door zeer positieve wederzijdse gevoelens'.⁴ Enkele jaren voor de geboorte van mijn oudste zoon begon dit inzicht door te sijpelen in vaktijdschriften; ik had de deskundigen er destijds gemakkelijk van kunnen overtuigen dat, jawel, sommige zuigelingen zich vermaken met hun vader, en dat dit, jawel, leidt tot zeer positieve gevoelens.

Ik wil daarmee niet zeggen dat mijn ervaringen met mijn zoon voldoende hadden moeten zijn om gangbare psychologische theorieën te ontzenuwen. Maar had dan niemand van deze onderzoekers ook zelf kinderen? Had dan nooit iemand van hen een vader op de stoep of bij de kruidenier zien kletsen, bekken trekken of zichzelf anderszins belachelijk zien maken om zijn kleine spruit aan het lachen te maken? Had een van de vaders onder hen dat dan nooit zelf ook weleens gedaan?

Rond deze tijd begonnen Lamb en ook andere onderzoekers het belang in te zien van vaders bij kinderspel. Nu wordt algemeen onderkend dat vaders vaker stoeien met piepjonge kinderen. Dit inzicht, een van de eerste belangrijke inzichten in de relatie van vaders met zuigelingen en peuters, is afkomstig uit Lambs onderzoek. In sommige van deze eerste onderzoeken moedigen vaders, in vergelijking met moeders, de zuigelingen vaker aan om dingen te ontdekken en daagden hen ook vaker uit. Moeders speelden met hun peuters vaker met speelgoed, terwijl vaders met hen stoeiden op de vloer. Uit een onderzoek van Lamb bleek ook dat zuigelingen eigenlijk liever werden vastgehouden door hun vader – omdat vaders vaak met hen speelden, terwijl moeders hen vaak te eten gaven of hun luiers verschoonden. Tweejarigen die graag wilden spelen, zochten eerder hun vader op dan hun moeder. Spelen, stoeien en kinderen anderszins uitdagen – dit alles is kenmerkend voor de betrokkenheid van vaders bij hun kinderen op alle leeftijden.

Tegelijkertijd kwamen onderzoekers tot het logische inzicht dat zuigelingen niet alleen een band hebben met hun vader, maar ook met andere familieleden en met vrienden. Lamb citeert een opmerking van de antropoloog Margaret Mead uit 1962 dat – naast de band met de moeder – de band met anderen ‘evident overlevingswaarde heeft... aangezien het kind dan is verzekerd tegen ouderverlies’.⁵

Volgens veel onderzoekers hadden vaders vaak een negatieve reactie op de zwangerschap van hun vrouw en een beperkte interactie met een pasgeborene. Maar in onderzoeken uit het midden van de jaren 1970 werd steeds meer geconcludeerd dat vaders het ouderschap juist wél spannend vonden en juist graag tijd doorbrachten met hun pasgeborene – wederom, zo zou je toch denken, een bevinding die zonneklaar had moeten zijn voor iedere onderzoeker die eens de moeite had genomen om zijn of haar kantoor uit te komen en een bezoekje te brengen aan een kraamafdeling in een ziekenhuis.⁶ Anderzijds hadden ziekenhuizen dat kennelijk ook nog niet door, aangezien ze vaders nog steeds weinig mogelijkheden boden om zich betrokken te tonen rond de geboorte van hun kind.

Psychologen en andere sociale wetenschappers, die toch eigenlijk het voortouw hadden moeten nemen om een verandering teweeg te brengen

in de gangbare opvattingen, bevorderden juist de afwaardering van vaders. Veel onderzoekers meenden dat moeders, als voornaamste verzorger, veel belangrijker waren dan vaders. Deze gangbare opvatting bracht vaders in een lastig parket. Vaders konden zich nauwelijks uitspreken over het belang van hun rol zolang ze nog herhaaldelijk te horen kregen dat ze onbelangrijk waren, behalve als kostwinner.

Uit beschikbare gegevens blijkt dat vaders in wetenschappelijk onderzoek sterk werden – en worden – genegeerd. U hoeft me niet zomaar op mijn woord te geloven; u kunt dat ook zelf constateren door even een klein experiment uit te voeren. Ga maar eens naar de website van *PubMed*, de onlinecatalogus van de U.S. National Library of Medicine (Nationale Bibliotheek der Geneeskunde van de VS). Zoek op ‘mothers’ en zie dan hoeveel onderzoeken er verschijnen. Zoek vervolgens op ‘fathers’. Toen ik dat voor het laatst deed, kreeg ik met de zoekterm ‘mothers’ 97.934 onderzoeken en met ‘fathers’ 15.156 – minder dan een zesde daarvan. Telkens wanneer ik dit deed, waren de resultaten min of meer vergelijkbaar. ‘Maternal’ leverde me 279.519 zoekresultaten op en ‘paternal’ minder dan een tiende daarvan. Tot voor kort, wanneer we nadachten over de rol van de vader in het gezin, vertrouwden we meer op gevoel, instinct, vooroordelen en desinformatie dan op echt inzicht.

Anderen hebben gewezen op de ongelijkheid tussen onderzoeken naar moeders en onderzoeken naar vaders. In 2005 beoordeelde Vicky Phares, psycholoog aan de University of South Florida, 514 onderzoeken inzake klinische kinder- en adolescentiepsychologie die waren gepubliceerd in gezaghebbende psychologische vaktijdschriften. In bijna de helft daarvan kwamen vaders niet voor. Sommige onderzoeken richtten zich op beide ouders, maar slechts 11 procent was exclusief gericht op vaders.

Ik stuitte tijdens mijn onderzoek al snel op diverse voorbeelden van Phares’ bevindingen: in 2006 bijvoorbeeld publiceerde Myrna M. Weissman, gerenommeerd epidemioloog en onderzoeker aan de Columbia University, een onderzoek waarin was nagegaan of behandeling van depressieve moeders het bekende verhoogde risico op angst en depressie bij hun kinderen verkleinde.⁷ Door het behandelen van de moeders verbeterde inderdaad de geestelijke gezondheid van de kinderen, maar dit onderzoek bevatte totaal geen gegevens over de vaders. Waren de kinderen misschien nog extra geholpen door de betrokkenheid van een liefde-

volle, begripvolle vader? Had een ongeïnteresseerde of afwijzende vader de situatie verder verergerd? Een andere onderzoekster, die onderzoek deed naar de interactie tussen ouders en hun pasgeborene, maakte gedetailleerde aantekeningen van het gedrag van een moeder en de interactie met haar zuigeling. Toen de moeder de zuigeling overhandigde aan diens vader, schreef de onderzoekster 'Baby aan vader overhandigd', waarna ze haar notebook dichtklapte; het experiment was voorbij.⁸ Tijdens een bijeenkomst in 2005 van de Society for Research in Child Development (Vereniging voor onderzoek naar de ontwikkeling van kinderen) trof ik daar honderden wetenschappers aan die onderzoek beschreven naar kinderen, gezinnen en ouderschap, en slechts enkele – pakweg tien – die zich bezighielden met vaders. Bijna alle auteurs van deze onderzoeken begonnen hun lezing met de opmerking hoe frappant het toch was dat er tot nog toe zo weinig onderzoek naar vaders was gedaan.

Kyle D. Pruett, psychiater aan Yale, die sinds de jaren 1980 onderzoek heeft gedaan naar vaders, beweert dat zelfs wanneer vaders worden betrokken bij onderzoek naar zulke belangrijke kwesties als aandachtstekortstoornis (ofwel *attention deficit disorder*, afgekort als ADD), autisme, kinderdepressie en tienerzelfmoord, de onderzoekers meestal verzuimen om in overweging te nemen dat de vader misschien weleens een rol zou kunnen spelen bij de oplossing van het probleem.⁹ 'Wanneer we de moeite nemen om te zoeken naar de invloed van de vader, dan vinden we die – altijd. Door de invloed van vaders en kinderen op elkaar te negeren, geeft het gehele onderzoeksveld (en dat geldt tevens voor de bestsellers over opvoeding die daaruit voortkomen) blijk van een kortzichtige en onrustbarende vertekende visie op de ontwikkeling van kinderen, een visie met onthutsend blinde vlekken.' De boeken waar hij naar verwijst, zijn onder meer die van dr. Spock, T. Berry Brazelton en Penelope Leach. Uit Pruetts beoordeling van latere edities blijkt dat deze auteurs nu wel wat 'vaker beginnen te verwijzen naar de vader', maar dat ze 'diep in hun hart de oude verleiding van de heilige moeder-zuigelingband niet kunnen weerstaan'. De overbodigheid van vaders had niet duidelijker kunnen zijn. Een teken van vooruitgang was wel dat de meeste onderzoekers het probleem nu eindelijk begonnen in te zien en aan te kaarten.

Vanwege deze onverschilligheid jegens vaders wordt er nog steeds een onjuist, neerbuigend en onaardig beeld in stand gehouden.¹⁰ De historici Elizabeth en Joseph Pleck verwijzen naar cartoons die in de jaren 1920 begonnen te verschijnen in *The Saturday Evening Post*. In deze cartoons werd de vader consequent afgeschilderd als een stuntelende sukkel die ‘niet wist hoe hij zijn kinderen de baas kon blijven of kon leren gehoorzamen. Hij kon niet koken of zijn kinderen in bed doen zonder over zijn schoenveters te struikelen.’ En dat was nog maar het begin; vaders werden beschuldigd van ernstigere vergrijpen dan het huiswerk van de kinderen vergeten of het gehaktbrood laten aanbranden. Sommige maatschappijcritici beschuldigden vaders zelfs van het ondermijnen van de staatsveiligheid. Ze beweerden dat het probleem van de vele jonge Amerikaanse rekruten die tijdens de Tweede Wereldoorlog niet door de militaire medische keuring heen kwamen, te wijten was aan overbezorgde moeders en afwezige vaders, die hun zonen te slap, te zwak of te laf hadden gemaakt om te vechten. Er waren wel uitzonderingen op dat stelselmatig afkraken van vaders: de sitcoms *The Cosby Show* (1984-1992) en *Father Knows Best* (jaren 1950) op de televisie; de literaire personages Atticus Finch in *To Kill a Mockingbird* en Bob Cratchit in *A Christmas Carol*. Maar die waren zeldzaam.

Bijna een eeuw na die *Saturday Evening Post*-cartoons bestaan er nog steeds culturele stereotypen van de klunzige vader. In 2012 bijvoorbeeld lanceerde KimberlyClark een advertentiecampagne voor Huggies-luiers, waarin zogenaamd werd onderzocht of Huggies steviger waren dan de concurrentie. ‘*Have dad put Huggies to the test!*’ (Laat pappie de Huggies maar eens uittesten!), aldus de advertentietekst. De boodschap was: als Huggies de onbeholpenheid van vaders konden overleven, dan konden ze alles overleven. In datzelfde jaar kwam Procter & Gamble tijdens de Olympische Zomerspelen met een reeks advertenties over het leven van kinderen die een beroemd olympisch atleet waren geworden. De slogan? ‘*Thank you, Mom!*’ (Bedankt, mama!) De bijdragen van vaders werden zelfs uitgewist in die sporten waar volgens de maatschappelijke stereotypen juist zij de belangrijke ouder waren.

Recent nog, in juni 2013, publiceerde Clorox, een Amerikaanse fabrikant van huishoudelijke producten, een bericht op zijn website dat als volgt begon: ‘Nieuwe papa’s zitten net als honden en andere huisdieren

vol goede bedoelingen, maar daar komt weinig van terecht door het gemis van inzicht en fijnmotorische vaardigheden.¹¹ De Clorox-papa's maakten onder meer de fout om hun baby, met alleen een zomerrompertje aan, mee uit te nemen in koud regenweer, baby's te laten eten van de vloer, en hen rechtop neer te zetten voor een realityshow op de televisie. Vanwege een spervuur van blogberichten en blogopmerkingen door verantwoordigde vaders zag Clorox zich genoodzaakt om het bericht te verwijderen. Clorox wilde zijn klanten vermoedelijk niet beledigen maar juist vermaken, maar de grap mislukte. Veel vaders betwisten dergelijke stereotypen nu sneller, en waarschijnlijk zullen meer adverteerders andere manieren zoeken om hun producten in de markt te zetten.

Ook al ligt het aantal onderzoeken naar vaders nog steeds ver achter op die naar moeders, de hoeveelheid onderzoek naar vaders groeit inmiddels toch gestaag. In de volgende pagina's zal ik u stapsgewijs leiden door enkele van de, volgens mij, belangrijkste onderzoeken naar vaderschap. We beginnen met de evolutie van vaders door te kijken naar wat we weten over het gezinsleven van onze prehistorische voorouders, teneinde beter vat te krijgen op de huidige vaderrol. We komen ook te weten hoe onze familieachtergrond ons heeft voorbereid op het vaderschap. In hoofdstuk 2 wordt de krachtmeting besproken tussen de genen van moeders en vaders, die al begint bij de bevruchting.

De daaropvolgende hoofdstukken leiden ons door het vaderschap tijdens de jeugd van onze kinderen. In hoofdstuk 3 bekijken we de veranderingen die in vaders optreden tijdens de zwangerschap. In hoofdstuk 4 wordt besproken wat we weten over vaders na de geboorte, waarbij we nog een omweggetje maken via monogamie bij mensen en het belang daarvan voor vaders en moeders. In hoofdstuk 5 blijkt dat vaders en zuingelingen een veel sterkere band met elkaar hebben dan vroeger wel werd aangenomen. Hoofdstuk 6 volgt vaders in de periode dat hun kinderen een peuter worden en voor het eerst naar school gaan, en in hoofdstuk 7 wordt gekeken naar vaders en pubers, aan de hand van een onderzoek naar de neurologie van vaderschap en naar de hormonale veranderingen die mannen ondergaan als reactie op de verschillende levensfasen van hun kinderen. In hoofdstuk 8 komen de risico's aan bod die worden geassocieerd met ouder vaderschap, hetgeen steeds meer voorkomt omdat

ouders worstelen met de druk die uitgaat van zowel kinderen als werk. In hoofdstuk 9 nemen we onder de loep wat vaders *doen* – wat ze bijdragen aan de kinderverzorging en ander gezinswerk. En in mijn epiloog zal ik resumeren en me bezinnen op hetgeen ik onderweg meen te hebben geleerd – en wat we nog moeten leren.

Ik geef toe dat het voor mij niet gemakkelijk is om neutraal te blijven bij het beantwoorden van vragen over de waarde van vaders. Er staat voor mij veel op het spel. Mochten vaders inderdaad niet van belang zijn, dan heb ik de afgelopen decennia mijn tijd kennelijk slecht benut door talloze uren, dagen en jaren te verspillen aan mijn vijf kinderen – en dat dus allemaal voor niets. Vervelend was het echter niet. Indien het zinloos was, was het ten minste een overvloedige verspilling van tijd. Voor zover ik weet, hebben ook de kinderen genoten van deze uren, met mogelijk slechts één uitzondering: regelmatig weer eens te moeten luisteren naar die ene Ierse grap van mij, uitgesproken met een *top-o'-the-mornin'to ya**-accent dat ongetwijfeld een belediging is van mijn eigen Ierse afkomst en waarschijnlijk ook nog eens van het hele Ierse volk.

Ons verzuim om het belang van vaders te erkennen, wordt nu weerpiegeld in de samenstelling van het huidige Amerikaanse gezin. Vaders verdwijnen steeds meer uit het zicht van de kinderen. Sinds de Verenigde Staten zijn begonnen met het bijhouden van gegevens van hun burgers, hebben nog nooit eerder zo veel Amerikaanse vaders geen deel gehad aan het leven van hun kinderen als tegenwoordig.

Psychologen, biologen, sociologen en neurowetenschappers zijn echter begonnen met het genereren van betrouwbare wetenschappelijke gegevens over de vraag waarom vaders zich zo gedragen – en waarom dat van belang is voor kinderen. Ze onderzoeken het gedrag van vaders, de talloze manieren waarop vaders hun kinderen beïnvloeden en de factoren die de betrokkenheid van een vader bij diens gezin bepalen. Gaandeweg hebben ze talrijke stereotypen weten te elimineren – inclusief de opvatting dat één stereotype kan verklaren wat een vader doet. Verdwenen zijn: de vader als morele bewaker, symbool van mannelijkheid voor zijn zonen en hardvochtige handhaver van strenge tucht (stuk voor stuk vaderbeelden die door vroegere generaties algemeen werden geaccepteerd

* Ierse slang voor 'goedemorgen'

en bevorderd). Onderzoekers tonen nu aan dat vaders vele rollen spelen in hun gezin, waaronder de rol van ‘kameraad, zorgverlener, echtgenoot, beschermer, rolmodel, morele gids en leraar’¹² en, volgens een recent onderzoek, uiteraard ook die van kostwinner.

Deze ontdekking van de vader is een van de belangrijkste ontwikkelingen in het onderzoek naar kinderen en gezinnen. De bevindingen zijn verschenen in wetenschappelijke vaktijdschriften die grotendeels onbekend zijn bij het grote publiek, waardoor ze nauwelijks aandacht hebben gekregen. En dat is jammer. Ik heb me de afgelopen vijf jaar verdiept in de nieuwe wetenschap die gewijd is aan vaderschap, en ik vond dit uitermate nuttig bij het nadenken over mijn eigen gedrag als vader jegens mijn kinderen. En het is ongetwijfeld ook nuttig voor anderen.

Openbare en politieke discussies over vaderschap – wat het betekent om vader te zijn en wat vaders bijdragen aan hun kinderen – ontaarden maar al te vaak in boze tirades en argumenten. ‘Hoewel de beide kampen – ‘vaders-zijn-niet-nodig’ en ‘vader-als-wondermiddel’ – lijnrecht tegenover elkaar staan, delen ze wel één belangrijk kenmerk: ze hebben opvattingen die meer zijn gebaseerd op politiek dan op feitelijk onderzoek’, zo schreven de bekende vaderonderzoeker Ross D. Parke en diens medewerker Armin A. Brott.¹³ ‘Terwijl politici hun denkbeelden continu afstemmen op het heersende electorale klimaat, zijn de bevindingen van academische onderzoekers gedurende de afgelopen twee decennia steeds vrijwel unaniem geweest: vaders doen ertoe. En zelfs heel veel.’

Wat betekent dit voor niet-traditionele gezinnen – alleenstaande ouders, homo-ouders of adoptieouders? Toen ik met dit boek begon, kwam ik op een schrijverscongres een keer een vriendin tegen, een alleenstaande vrouw die een kind had geadopteerd. Ze vroeg me naar mijn werk en toen ik haar de titel van dit boek verklapte – *De papa-paradox. Waarom vaders wel belangrijk zijn* – zei ze meteen: ‘Nou, natuurlijk zijn ze niet belangrijk.’ Even dacht ik dat ze een grapje maakte. Maar dat was niet zo. Ik probeerde haar uit te leggen dat vaders er wel degelijk toe doen, maar dat anderen kunnen helpen om die rol te vervullen, en dat ik zeker niet kritisch tegenover haar keuze stond. Ik heb als ouder mijn portie fouten inmiddels wel gemaakt, en ik voel me dan ook niet in de positie om iemand anders te bekritisieren. Ik respecteer de keuzes van anderen en vertrouw erop dat we allemaal, op enkele uitzonderingen na, ons best proberen te

doen voor onze kinderen. We zitten immers allemaal in hetzelfde schuitje en de nieuwe bevindingen inzake vaderschap zouden eigenlijk nuttig moeten zijn voor alle soorten gezinnen.

Tijdens mijn jeugd, toen politici nog met meer respect werden behandeld dan tegenwoordig, was het heel gewoon dat kinderen van hun ouders te horen kregen dat ze alles konden worden wat ze maar wilden – zelfs president van de Verenigde Staten. Inmiddels weten we dat dit een zeer beladen uitspraak is; we leven in een maatschappij die nog steeds wordt verscheurd door raciale en economische verschillen die het voor sommigen veel gemakkelijker maken om te slagen dan voor anderen. Maar we weten ook dat een Afro-Amerikaans kind dat is opgevoed door een alleenstaande moeder en dat zijn vader amper heeft gekend, uiteindelijk president kan worden. Het bewijsmateriaal toont aan dat vaders op vele manieren een belangrijke en unieke bijdrage kunnen leveren aan hun kinderen. Het toont vanzelfsprekend niet aan dat kinderen uit gezinnen zonder een vader in huis gedoemd zijn te mislukken of anderszins de mist in te gaan. ‘We moeten alle moeders helpen die zelf hun kinderen opvoeden; de moeders die hen afzetten bij school, gaan werken, hen ’s middags weer ophalen, nog een shift draaien, avondeten halen, lunches maken, rekeningen betalen, het huis opruimen en alle andere dingen die eigenlijk beide ouders moeten doen’, aldus Barack Obama gedurende zijn eerste presidentscampagne. ‘Zo veel vrouwen verrichten een heroïsche taak, maar ze hebben wel hulp nodig. Ze hebben nog een ouder nodig. Hun kinderen hebben nog een ouder nodig. Dat houdt hun fundament solide. Dat houdt het fundament van ons leven solide.’

We roepen vaak dat er niets belangrijker is dan onze kinderen. Maar onze persoonlijke en sociale prioriteiten lijken niet altijd in overeenstemming te zijn met die voorgewende overtuiging. Dit boek gaat over vaders, maar ook, en dat is belangrijk, over kinderen. Indien we ons een toekomst voorstellen waarin al onze kinderen de kans krijgen om een leven te leiden dat loont, zou het stom zijn om de vaderrol niet zorgvuldiger in overweging te nemen. Dit zal het gezin sterker maken, moeders helpen, de gelijkheid bevorderen en een rooskleurige toekomst creëren voor onze kinderen. Tenslotte is niets belangrijker dan dat.

1

DE WORTELS VAN VADERSCHAP: PYGMEEËN, VINKEN EN HONGERSNOOD

Aanstaande vaders helpen hun vrouw of partner misschien om de kinderkamer klaar te maken, de muren te schilderen of een wieg uit te zoeken. Afhankelijk van hun budget assisteren de mannelijke ouders in spe hun vrouw mogelijk ook nog bij het monteren van een IKEA-meubel, een mondiaal 21ste-eeuws *bonding*-ritueel. Terwijl mannen door deze activiteiten wellicht gaan nadenken over vaderschap, zijn ze in feite al lang geleden grotendeels op deze rol voorbereid. Drie factoren spelen in deze een rol. De eerste factor is *natuurlijke selectie*, waardoor ze een hoge mate van geschiktheid hebben ontwikkeld voor het vaderschap. De tweede factor is de *genetische erfenis* van hun eigen familie, die deel uitmaakt van datgene wat alle vaders van elkaar doet verschillen. En de derde factor betreft *voeding en omgevingstoxinen*. We beginnen nu niet alleen te begrijpen hoe deze factoren vaders bepalen, maar ook hoe en waarom ze soms van koers raken.

Vrij recentelijk beleefde ik tijdens een kalme zomernacht in Zuid-Florida iets waardoor ik ineens besepte hoe ongewoon en belangrijk mensenvaders eigenlijk wel zijn. Ik ging met een groep wetenschappers mee naar een strand om nestelende zeeschildpadden te observeren. We keken toe hoe een vrouwelijke groene schildpad halverwege het strand een diep gat groef in het zand en vervolgens in deze kuil zo'n 150 eieren legde, elk ter grootte van een softbal. Daarna begroef ze de eieren met een ritmisch geflapper van haar achterpoten in het zand, waarna ze zich terug spoedde naar het water – haar jongen alleen achterlatend om zonder ouderlijke hulp uit te komen, de oceaan en voedsel te vinden, en volwassen te worden.

Tijdens het leggen van de eieren druppelde er ineens een heldere vloeistof uit haar ooghoeken, een verschijnsel dat ook bij veel andere

schildpadmoeders kan worden waargenomen. Volgens de legende huilen ze om de kinderen die ze nooit zullen kennen. We raakten ontroerd terwijl we daar op het strand stonden toe te kijken. Maar deze afscheiding was geen traanvocht – voor schildpadden is dit slechts een manier om overtollig zout uit te scheiden dat zich in hun lichaam heeft opgehoopt. Ook krokodillenmoeders huilen valse tranen bij het leggen van eieren – hetgeen ooit heeft geleid tot de uitdrukking ‘krokodillentranen huilen’ ter aanduiding van onoprecht verdriet.

In werkelijkheid heeft de schildpad geen spijt. Het ingenieuze gebruik van haar ledematen om een gat te graven en haar eieren te verstoppen vertegenwoordigt het begin en eind van haar ouderschap. Dit verhaal geldt ook voor heel veel andere soorten. De eieren blijven onverzorgd achter en de jongen die uitkomen, moeten daarna op eigen houtje hun weg door het leven zien te vinden. Vrouwtjes die zo het leven schenken, produceren vaak enorme aantallen nakomelingen om hun overlevingskansen te vergroten. Vergeleken met de geringe bijdrage van de vrouwtjes verzinkt die van de mannetjes in het niet. Behalve hun korte rol bij de bevruchting spelen ze verder nauwelijks een rol in dit oerritueel.

Bij zoogdiermoeders zijn de omstandigheden anders – bij veel zoogdiervaders echter vrijwel niet. In tegenstelling tot pas uitgekomen zeeschildpadjes – die vanaf het moment dat ze uit het ei kruipen, hongerig en zelfredzaam zijn – beschikken zoogdieren – die warmbloedige gewerfelde dieren, variërend van spitsmuizen tot mensen – over een kant-en-klare voedingsbron dankzij hun melk producerende moeder. Dat heeft echter wel een prijs. Het duurt vaak lang voordat pasgeboren zoogdieren zijn volgroeid. Vanwege hun investering in voeding kunnen moeders een tijdje geen andere jongen dragen. En, evenals bij schildpadden, krijgt de moeder bij de meeste zoogdiersoorten weinig of geen hulp van de vader.

Maar bij de 5 tot 10 procent van de zoogdiersoorten waar mannetjes wél helpen, kan de gezinsregeling opvallend anders zijn. Zo behoren bepaalde monogame spring- en nachtaapvaders tot de meest toegewijde ouders in het dierenrijk.¹⁴ Ze stellen zichzelf een norm waar maar weinig mensenvaders aan kunnen tippen. Springaapvaders voorzien hun nageslacht van voedsel en volgen de moeders de hele dag, zodat de baby, wanneer die niet wordt gezoogd, kan worden meegedragen op vaders rug. Aan het eind van de eerste week beperkt het dagelijkse contact tussen

moeder en zuigeling zich nog maar tot vier of vijf keer zogen. 90 procent van de tijd wordt de zuigeling gedragen door de vader. Veel vaders vermageren door het vrijwel continu meezeulen van hun zuigeling. De baby is op zijn beurt zeer gehecht aan de vader – uit onderzoeken is gebleken dat springaapzuigelingen over het algemeen méér gehecht zijn aan de vader dan aan de moeder. De baby raakt meer overstuur wanneer hij wordt gescheiden van de vader dan van de moeder. Hij krijgt dan meer en vertoont meer stresshormonen dan bij het verlies van de moeder. Een springaapvader verliest zijn wijfje zelden uit het oog – hetzij om er zeker van te zijn dat hij inderdaad de vader is van haar kinderen, hetzij uit affectie.

Mensenvaders daarentegen besteden minder tijd aan hun echtgenote en aan het voeden en/of dragen van hun zuigeling, maar ze behoren wel tot de meest toegewijde vaders van alle zoogdiersoorten ter wereld.¹⁵ Er bestaat geen voorbeeld van een menselijke samenleving waarin vaders niet helpen bij het grootbrengen van de kinderen. Weliswaar zijn sommige vaders daar wat beter in dan andere. Sommigen laten hun gezin in de steek voor een andere partner, en anderen om vaak onduidelijke redenen. Maar de meeste mannen van de menselijke soort zorgen op z'n minst toch voor brood op de plank. Het zou interessant zijn om via de evolutie van het vaderschap in de afgelopen miljoen jaar na te gaan of mannen altijd al, evenals nu, hebben geïnvesteerd in hun nageslacht, of dat die bijdrage in de loop van de jaren mogelijk is veranderd. Staken onze vroegste mannelijke voorouders ook al tijd, energie en middelen in hun nageslacht, dat jarenlang sterk afhankelijk zou zijn van ouderlijke zorg? Of hervatten ze al snel de jacht op andere gewillige vrouwtjes om zich steeds maar weer voort te planten, zodat de kansen toenamen dat sommige van hun nakomelingen het zouden overleven? En zo ja, wanneer veranderde dat dan, en waarom?

Deze vragen zullen waarschijnlijk altijd onbeantwoord blijven. We weten zelfs niet zeker wanneer in de loop van de menselijke evolutie mannen en vrouwen voor het eerst onderlinge relaties aangingen. Maar we beschikken wel over bepaalde aanwijzingen die archeologen en paleontologen hebben afgeleid van prehistorische overblijfselen.¹⁶ Deze fossielen vertellen ons dat Australopithecine-wijfjes – Australopithecinen zijn de oudst bekende mensachtigen, die ongeveer 4 tot 1 miljoen jaar geleden leefden – zich in zoverre inlieten met mannetjes dat ze waren verzekerd van voedsel en zorg voor hun zuigeling en van bescherming

tegen roofdieren. Langdurige man-vrouwrelaties deden waarschijnlijk zo'n 1,5 miljoen jaar geleden hun intrede met de verschijning van de homo erectus – de eerste rechtopgaande mensachtige. Vader, moeder en kinderen woonden en sliepen bij elkaar, zodat kinderen vanaf hun prille jeugd al toekijkend konden leren van de vader, en de vader hen kon beschermen. In het late Pleistoceen, ongeveer 120.000 jaar geleden, jaagden mannen op groot wild en hadden ze vaak meerdere vrouwen. Tussen de jachtpartijen brachten ze veel tijd door in het basiskamp, waar ze vaak beschikbaar waren voor hun kinderen. In de loop van het late Pleistoceen verschenen er complexere technologieën en kunstvormen, en we weten inmiddels ook dat vaders die cultuur doorgaven aan hun kinderen. Aan het eind van de laatste ijstijd, ongeveer 12.000 jaar geleden, veranderden de omstandigheden. Naar voedsel zoeken en rudimentaire landbouw werden een vast onderdeel van het bestaanspatroon, en vrouwen droegen meer bij aan het dagelijkse menu door het verzamelen van noten, vruchten en eetbare planten, knollen en wortels. Monogamie kwam vaker voor, en vaders, die nu minder vaak vanwege de jacht ontbraken in het kamp, hadden meer tijd om voor hun kroost te zorgen en een onderlinge band op te bouwen.

Veel deskundigen denken dat de toenemende omvang van het menselijke brein, dat gedurende de afgelopen 2 miljoen jaar bijna driemaal zo groot is geworden, een van de redenen was dat vaders betrokken raakten bij hun kinderen.¹⁷ Het is onduidelijk waarom de hersenen in omvang toenamen, maar mogelijk kregen de menselijke voorouders zo de vereiste sociale intelligentie voor leven in grotere groepen. Dat had ook tot gevolg dat zuigelingen met hun wiebelhoofd, die dreigden om te tuimelen onder het gewicht van al die grijze massa, vroeger in hun ontwikkeling geboren moesten worden. Indien ze te lang in de baarmoeder van hun moeder zouden blijven, zouden hun hersenen zo groot worden dat hun schedel niet meer zou passen door het geboortekanaal van hun moeder – een probleem dat aan een overigens veelbelovend evolutionair pad een onverwachte wending zou kunnen geven.

Maar vroeger geboren worden heeft wel een prijs: de zuigelingen vereisen meer zorg.¹⁸ Vergeleken met welk ander dier dan ook duurt het bij mensenkinderen langer voordat ze in staat zijn om zelfstandig genoeg voedsel te vinden en te overleven. Wel iets om over na te denken

voor wie zo nu en dan calorieën pleegt te tellen: het kost 13 miljoen calorieën aan moedermelk, ontbijtgranen en erwtenpuree om een kind op te voeden tot zelfredzaamheid qua voeding op de leeftijd van 18.¹⁹ Moeders konden die investering niet in hun eentje aan. Ze hadden daarbij hulp nodig.

Om de leemte op te vullen tussen enerzijds wat we graag nog meer zouden willen weten over de menselijke ontwikkeling en anderzijds wat fossiele resten ons vertellen, richten antropologen zich vaak op huidige gemeenschappen in vergelijkbare omstandigheden als onze voorouders – namelijk jager-verzamelaargroepen. Hedendaagse jager-verzamelaargroepen leven nog steeds grotendeels op dezelfde wijze als onze voorouders gedurende vrijwel onze gehele evolutionaire geschiedenis. De landbouw werd pas 10.000 jaar geleden uitgevonden, en het industriële tijdperk, dat slechts enkele eeuwen geleden begon, is nog recenter.²⁰ Tot die tijd waren mensen jagers en/of verzamelaars, zodat de ‘moderne’ jager-verzamelaars ons iets zouden moeten kunnen vertellen over vaders vóór de ontwikkeling van landbouw en industrie.

Een van de meest interessante jager-verzamelaargroepen kan tegenwoordig nog worden gevonden in het tropische regenwoud in het westelijke Congobekken – niet echt het hart van Afrika, maar toch bijna. Het landschap aldaar is bedekt met een uitgestrekt smaragdgroen bladerdak, af en toe afgewisseld met stukken zongebleeke savanne. Gorilla’s, chimpansees, rode penseelzwijnen (ook wel ‘rivierzwijnen’ genoemd) en diverse soorten apen, eekhoorns en kleine antilopen, de zogeheten ‘duikers’ (ook wel ‘duikerbokken’ genoemd), zwerven hier rond in de schaduw van het dichte bladerdak. Olifanten en grotere antilopen – de sitatoenga (ook wel ‘moerasantilope’ genoemd) – houden zich vooral op in drassige gebieden nabij rivieren. Het hele jaar door heerst er een hoge (of ten minste vrij hoge) temperatuur en het weer varieert van zeer regenachtig (het ‘natte’ seizoen) tot minder regenachtig (het ‘droge’ seizoen).

Dit ogenschijnlijk tropische paradijs is in werkelijkheid een lastig gebied om aan de kost te komen. Jagers ontdekken al snel dat de wijdverspreide dieren moeilijk te vinden zijn. Ook leven van planten die groeien onder dat dichte bladerdak, is geen sinecure; veel plantensoorten zijn on eetbaar. En de bodem is bepaald niet geschikt voor landbouw. Ecologen