

#benikdit

Als een perfectionist moeder wordt

Colofon

ISBN: 978 94 6365 277 3

1e druk 2020

© 2020, Mariska Veenhof - Bulten

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

www.elikser.nl

Vormgeving binnenwerk en omslag: Evelien Veenstra

Foto auteur: Antonio Romano

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

#benikdit

Als een perfectionist moeder wordt

Mariska Veenhof-Bulten



Inhoudsopgave

Als een perfectionist moeder wordt	7
Spiegel – Proloog	9
Bruiloft	13
Haribo macht Kinder froh	20
Ouders op bezoek	23
Tien	26
Het kleine blonde jongetje	28
Verrassing	30
Het lukt niet	32
Kaarsjes aan en baby maken	34
Opa en oma Pluis	35
Bijpraten	37
Hoera!	39
Verwacht maar niets	42
Apgar	43
Mama en oma	45
Dag 3	47
Borstontsteking	49
Erop uit	52
Girona	55
Girona part 2	58
Verlof	60
Eerste werkdag	63
Mama zijn	65
Date night	67
Op vakantie	71
Toscane	73
Het eerlijke vakantieverhaal	76
Uit met een vriendin	78
Kerst	80
Happy New Year	82
Papa & de babyfoon	84

Telefoon	87
Lenteborrel	89
Het is weer net als toen	93
Zwartboek	94
Pa	95
Woensdag	97
Hiep hiep hoera!	98
Een tweede?	101
Intake	103
Aan de slag	106
Met mij gaat het goed	110
Alle aandacht	113
Aan de slag (deel 2)	117
Goed zoals je bent	121
Als hier iemand zwanger is...	122
Driftbui	124
Niet meer alleen	127
Keuzes	130
Wij komen niet	132
Méér, niet minder	135
Koningsdag	137
Vangnet	140
Kan het anders?	142
Ik ben er weer (epiloog)	145
Nawoord	147
Dankwoord	151

Als een perfectionist moeder wordt

Teun ligt plat op zijn buik op de grond in onze woonkamer. Ontroostbaar, hij huilt met gierende uithalen. Ik sta ernaast en google ‘temperamentvolle kinderen’ op mijn telefoon. Het gevoel van ‘ik heb geen idee wat ik aan het doen ben’ overvalt me nog steeds wel eens.

Dit is het verhaal van de perfectionist die moeder werd.

Ik was gewend om keurig te voldoen aan de maatstaven van ‘perfect’; ik studeer hard, ik werk hard, ik ontmoette de juiste vent, ik heb een mooie baan en een mooi huis. Alles voor mekaar, ook (of misschien wel vooral) in de ogen van anderen. En toen werd ik moeder.

Hierbij alvast de samenvatting: de ‘trucjes’ die ik eerder gebruikte om alles onder controle te houden en perfect te laten verlopen, werken niet meer als je een kind hebt. En dus werd ik keihard met mezelf geconfronteerd.

Des te harder ik probeerde alles perfect te laten zijn voor ons gezin, voor de buitenwereld, voor mijn familie, des te harder vrat ik mezelf op. Ik voelde me helemaal geen stralende moeder die weer in haar maat 36 jeans paste (nooit gehad ook, dus *WHY?!*), een prachtig sociaal leven heeft, keurig opgevoede kindjes, een dikke baan en die ook nog eens de halve wereld met ze over reist.

Ik voelde me de meeste tijd mislukt. Ik vond dat ik niet goed genoeg was als moeder, vrouw, vriendin, dochter. Ik zag niet meer wat er wél goed ging, ik was alleen maar bezig om aan een plaatje te voldoen waarvan ik niet meer wist wiens plaatje dit nu precies was. Ik vroeg mezelf bijna dagelijks af: “Ben ik dit?”

En *guess what*, die gedachten zijn vijf jaar later niet ineens ‘weg’. Die perfectionistische trekjes zijn er ook nog steeds. Toen Teun voor het eerst naar school ging was ik al maandenlang lijstjes aan het maken met wat hij allemaal moest hebben en stond ik, eenmaal op het schoolplein, mezelf ook intern te bekritisieren waarom ik me nou niet had aangemeld om mee te helpen bij het schoolreisje.

Wat ik heb moeten leren, is wat liever voor mezelf te zijn. Te accepteren dat ik een heel vrolijke, gezellige, ‘hoppa dat regelen we even’ kant heb én een gevoelige, onzekere, kwetsbare kant en dat die er allebei mogen zijn. Te accepteren dat ik vrouw, vriendin én moeder ben. En dat dat elkaar niet tegen hoeft te spreken.

Ik heb moeten leren om die kritische stemmetjes in mijn hoofd wel te horen, maar er niet altijd naar te luisteren. Mijn schouders wat vaker op te halen. Er soms ook gewoon om te lachen. Te denken: *Ja, dit ben ik dus*.

Ik hoop dat ik in een tijd van Insta-perfect plaatjes à la #momlife, #perfectmom en een constante ‘kijk-en-vergeleijk’, een eerlijk verhaal kan vertellen over hoe het (echt) is als een perfectionist moeder wordt. Ken je zo’n type? Dan hoop ik dat je een beetje inzicht krijgt in wat er in dat kopie gebeurt of kan gebeuren. Ben je zo’n type? Dan hoop ik dat je leest dat je niet alleen bent in je worsteling. Dat had ik destijds graag geweten.

Spiegel – Proloog

Het is 2010, ik ben 26 jaar en leef het leven dat ik altijd wilde. Een lieve vriend waarmee ik verre reizen maak, een mooie carrière als consultant waarin ik recent promotie heb gemaakt tot teamleider, een druk sociaal leven, een prachtig nieuw huis in Utrecht dat we helemaal zelf hebben verbouwd. Het leven van een echte yup. Ik ben er trots op dat ik van ver gekomen ben, dat dit meisje uit Lathum, een dorp van zo'n 700 inwoners, toch maar mooi dit leven leeft.

Ik loop langs de spiegel in onze net geverfde slaapkamer en sta even stil.

Ik zie de krassen op mijn handen van al het klussen. Ik zie de wallen onder mijn ogen, van de avonden doorhalen op het werk in combinatie met de vroege ochtenden waarop ik aansluit in de file. Ik zie mijn lijf, dat al een jaar in overdrive en op fastfood leeft.

Moet je jezelf nou zien. Ik heb alles wat ik wilde, maar zo voel ik me helemaal niet. Ik ben alleen maar bezig met wat er nog niet goed genoeg is. Met de dingen die ik níet kan, zoals die stomme elektriciteitsleidingen aanleggen of voorzetwandjes bouwen. Met het telefoontje naar mijn ouders dat ik al de hele week moet plegen maar telkens vergeet. Met die presentatie die ik gisteren gaf, die wat mij betreft nog veel beter had gemoeten. Het vreet me op vanbinnen, stukje bij beetje. Het moet eruit, maar ik weet niet hoe. Zoals mijn vader destijds ook niet wist hoe hij erover moest praten, toen hij overspannen thuis zat. Ik zie mezelf als kind, stiekem kijkend naar mijn vader in zijn stoel in de woonkamer, vol vragen die niet gesteld kunnen worden. Ik zie hoe de geschiedenis zich herhaalt.

“Dat gaat me niet gebeuren,” zeg ik hardop tegen mezelf.

3 jaar later

Bruiloft

Ik merk dat ik kramp heb in mijn kaken van het lachen. Zachtjes masseer ik ze. Wouter geeft me een kusje op mijn wang. “Wat een dag, hè schatje. Eindelijk ben je mijn vrouw.” Ik knik. Ik kan niet stoppen met lachen. Wat een heerlijke dag.

We zitten aan tafel tijdens het diner van onze bruiloft. Ik kijk de ruimte rond en zie alle mensen die voor ons zijn gekomen, ik voel mezelf warm worden van binnen.

Aan de ene tafel mijn familie uit de Achterhoek waar ik *close* mee ben; mijn tantes en nichten in vrolijke jurkjes, mijn ooms en neven in overhemd en spijkerbroek, biertje in de hand en gezellig pratend.

Aan een van de statafels zie ik mijn vriendinnen uit mijn studententijd in Nijmegen. Ambitieuze, knappe, nuchtere, goedlachse meiden. Wendy zwaait vrolijk naar me met haar biertje in haar hand. Die is zich alvast aan het voorbereiden op het losgaan op de dansvloer vanavond, zoals we in die zes jaar in Nijmegen zo vaak hebben gedaan.

Mijn vriendinnen van de middelbare school staan gezellig met dit groepje meiden te kletsen, het klikte enorm tijdens het vrijgezellenfeest. Deze meiden kennen me al sinds ik in mijn berentruï in de brugklas verscheen, ze zijn me dierbaar. Anne, mijn beste vriendin, waarmee ik al onafscheidelijk ben sinds de eerste dag van onze introductieweek in Nijmegen, heeft zich ook met haar man bij dit groepje aangesloten. Ze vangt mijn blik, lacht en knipoogt. We kennen elkaar door en door, ik vertrouw haar blindelings.

Ik wend mijn blik af naar een andere tafel, waar de vriendengroep van Wouter met z'n allen aan zit. De jasjes van

de pakken van de jongens hangen inmiddels over de stoelen. Een grote groep vrienden, al sinds de basisschooltijd, die elkaar en hun vriendinnetjes hebben leren kennen op de hockeyclub. Een hechte groep; feestjes, weekendjes weg met z'n allen, vakanties. Het kan niet op. Het ene stel is nog succesvoller dan het andere, de ene outfit nog hipper dan de vorige. Geen feestje wordt overgeslagen, of er nou een baby is geboren of niet. Het maakt me soms wel onzeker, mijn achtergrond verschilt voor mijn gevoel nogal van de rest.

Charlotte stoot één van de andere meiden aan de tafel aan, wijst naar mij en roept: "prachtig!" Ik zwaai even terug. Ze is een paar jaar ouder dan ik, heeft een dochtertje van een jaar oud en is een trotse moeder.

Ten slotte aan onze eigen tafel: mijn ouders, mijn broertje Jacco in zijn nieuwe pak, zijn vriendin, mijn schoonmoeder en mijn zwager en zijn vriendin. Ik denk terug aan hoe trots Jacco was om mijn getuige te zijn vanmiddag bij de ceremonie, hoe verschillend we ook zijn, we blijven altijd broer en zus.

Als we het eten op hebben, schuiven mijn ouders hun stoel naar achteren. Zenuwachtig kijkt mijn moeder me aan en pakt een papertje uit haar handtas.

"Ze gaan speecheen denk ik Wout," fluister ik Wouter in zijn oor.

"Wat knap dat ze dat toch doen."

Mijn ouders zijn niet het type dat graag voor een grote groep gaat staan. Maar daar staan ze. Mijn moeder schraapt haar keel. Haar papertje trilt.

"Mariska werd op 5 juni 1984 geboren in Doetinchem. Ze groeide op in ons kleine dorp Lathum als een lief meisje dat erg nieuwsgierig was. Tweeënhalf jaar later werd haar broertje Jacco geboren. Toen ze 4 jaar werd mocht ze naar

de basisschool en kwam ze in groep 1 met 6 andere kinderen. In haar eerste rapport stond al wel ‘wil graag de leiding hebben.’”

Iedereen begint te lachen en kijkt veelbetekenend mijn kant op.

“Mariska bleek goed te kunnen leren. Ze haalde de hoogste score op de Cito-toets in groep 8 en ging naar het gymnasium in Rozendaal. Daar bleef ze ook altijd goed haar best doen en haalde hoge cijfers. Ze had twee hele goede vriendinnen in die tijd, het is erg leuk om te zien dat die hier nu ook zijn.”

Ik glimlach. Al 17 jaar vriendinnen.

“Toen Mariska ging studeren in Nijmegen, wilde ze al gauw op kamers. Dat was wel even wennen voor ons. De meeste studenten uit ons dorp blijven thuis wonen. Maar ze ging, ze sloot zich aan bij een dispuut en genoot van het studentenleven.”

Mijn vriendinnen uit mijn studententijd, die bij de statafel staan, beginnen hardop te lachen. En óf ik ervan genoten heb.

“In het tweede jaar van haar studie besloot ze ook maar meteen om een half jaar in Spanje te gaan studeren, samen met Anne. Dat vonden we wel even moeilijk, zo ver van huis. Maar ze kwam lekker bruin en vol met Spaanse verhalen terug en we hebben haar daar zelfs ook nog een keertje opgezocht.”

Ik draai me om naar Anne. Wat hebben we daar een bijzondere tijd gehad. *Holiday in Spain* zingen we nog vaak samen.

“Eenmaal teruggekomen werd Mariska pas echt een druk baasje. Ze ging in het bestuur van het dispuut, ging naast Bedrijfscommunicatie ook Bedrijfswetenschappen studeren, deed het honoursprogramma van de Radboud Universiteit,

deed de marketing voor AIESEC, ging tot onze grote verbazing hockeyen en volgens mij nog veel meer wat we niet eens allemaal kunnen opnoemen.”

Ik voel dat ik een beetje bloos.

“Na haar studententijd ging Mariska aan de slag bij Capgemini, het was haar eerste baan. Ze werkte als Business Intelligence Consultant bij klanten, al begrijpen wij nog steeds niet helemaal wat dat inhoudt. Iets met data en advies geloof ik.”

Mijn familie lacht.

“Ook bij Capgemini werkte ze hard en deed veel verschillende dingen. Ze maakte al snel promotie en is nu zelfs teamleider. Maar nog veel belangrijker, bij Capgemini leerde Mariska Wouter kennen, hij zat in het bedrijfshockeyteam. Het duurde even voordat hij actie ondernam, ze moest eerst naar Utrecht verhuizen, maar al snel waren ze onafscheidelijk. Samen kunnen ze erg luid zijn en ze lachen hard om elkaars grapjes.”

Wouter en ik kijken elkaar aan. “Klinkt wel herkenbaar, hè lief?” zegt Wouter, terwijl hij mijn hand pakt.

“In 2011 kochten ze samen een huis aan de Van Limburg Brouwerstraat. Wat schrokken we toen we de foto’s zagen en de plannen hoorden. Alles verbouwen, wat een klus. Maar ze deden het samen, hoewel het soms wel erg zwaar was. Ruim vier maanden hebben ze iedere avond en ieder weekend geklust, ruzie gemaakt met de aannemer en onder-tussen ook nog hard gewerkt aan hun carrière.”

Ik zucht even. Drie jaar geleden nu. Ik denk niet graag terug aan die tijd, maar ben wel trots op het resultaat.

“Samen reizen is wat Wouter en Mariska het liefste doen. Met de vriendengroep van Wouter naar Berlijn om daar oud en nieuw te vieren, naar Egypte en Jordanië, naar New York...”

New York. Waar we die cocktail dronken in de rooftopbar van het Van Gansevoort hotel. Waar ik bang was niet eens binnen te worden gelaten, maar toch binnen kwam en de hele avond het gevoel had: wanneer komen ze erachter dat zo'n meiske uit Lathum hier zomaar naar binnen is gesneakt. Ik glimlach als ik terugdenk aan die avond.

“En nu dan hun huwelijksreis. Ze gaan met de Transsiberië Express, van Rusland via Mongolië naar China toe. Het kan niet op. Sinds vanmiddag ben je officieel in de familie Wouter, als de man van Mariska. Een prachtige ceremonie en dan vanavond nog een mooi feest. We wensen jullie nog een prachtige avond toe en heel veel plezier op jullie reis.”

Ik geef mijn ouders een kus. Wouter grijpt ze vast en gooit er een dikke knuffel bij. Ik zie een klein traantje glinsteren in hun ogen.

En die avond feesten we als nooit tevoren. Met nog meer vrienden, collega's, neven, nichten. De band speelt het ene feestnummer na het andere.

Wendy stuitert mijn kant op. “Topfeest Maris!”

We hossen samen op de muziek. “Ik zal straks nog wat hakkûh muziek aanvragen Wen, gaan we los!”

“En *I will survive* hoort er ook wel bij, hè!” Ze knipoogt.

Wat zou ze van plan zijn?

Vijf minuten later word ik in mijn bruidsjurk op het podium gehesen om *I will survive* te zingen, samen met de band. Ons dronkemanslied na het stappen in Nijmegen. Wendy en ik kennen het woord voor woord, dus ik laat me niet kennen en pak die microfoon.

Terug op de dansvloer hijg ik even uit, zie Anne en geef haar een dikke knuffel.

“Zal ik een biertje voor ons halen?”

Ze trekt me naar zich toe en fluistert: “Maris, ik kan niet drinken. Ik heb namelijk een nieuwtje. Ik ben zwanger!” Ik probeer niet te juichen, want het is overduidelijk nog geheim. Ik kijk haar aan en geef haar een enorme knuffel.

Zachtjes zeg ik: “Wat een prachtig nieuws meid, gefeliciteerd!”

Ik ben ontzettend blij voor mijn beste vriendinnetje, zie hoe ze straalt.

Om één uur ‘s nachts verlaten Wouter en ik de zaal, krijgen nog ladingen confetti naar ons hoofd geslingerd en genieten na van een fantastische dag. De volgende dag moeten we onze backpack inpakken voor onze eerste reis als getrouwd stel.

Haribo macht Kinder froh und Erwachsene ebenso!

(Slogan van Haribo uit de jaren '60)

Haribo macht Kinder froh

“Gefeliciteerd liefje!”

Ik draai me nog eens om, het bed kraakt. Een mufte lucht kruipt mijn neusgaten in. “*Happy birthday to you,*” neuriet mijn kersverse man naast mijn oor.

“Nu staat niets jullie meer in de weg!” Ik hoor het Charlotte, sinds een jaar trotse moeder, nog zeggen, vlak voordat we op huwelijksreis gingen. Het gonst al dagen door mijn hoofd, knijpt mijn keel dicht. Nu moet het dus: kinderen. Nu wordt het verwacht, want we zijn getrouwd. *Je bent nu 29, bijna 30, dus het wordt hoog tijd.* Niets staat ons blijkbaar meer in de weg. Dus die kinderen moeten er maar komen. Maar ik wil helemaal niet. *Wanneer wil je dat dan wél? Wouter wil vast niet te lang meer wachten!* Het ligt als een baksteen op mijn maag, maar hoe begin je daar over?

Ik draai mijn rug naar Wouter toe, heb er geen zin in vandaag. Wout haalt zijn schouders op, gaat douchen en vraagt me daarna hetzelfde te doen. Onder de lauwe, druppelende straal wordt mijn humeur niet veel beter.

“Gaan we lekker ontbijten bij die Duitse bakkerij?” vraagt hij, als lokkertje. “Het beste brood in heel Ulaanbatar, zeggen ze in de Lonely Planet.”

Na uren van chagrijnig slenteren door de hoofdstad van Mongolië is Wout het zat. We zijn op een centraal plein, het is heerlijk weer en hij heeft de enige Irish pub *in town* gevonden. Hij bedenkt zich geen moment en bestelt een White Russian voor me. Vooruit, een glimlach kan er dan wel vanaf. Het blijft er niet bij één.

Wout laat de biertjes en mijn cocktails in hetzelfde tempo aanrukken. Al gauw hoort daar volgens ons ook een goeie