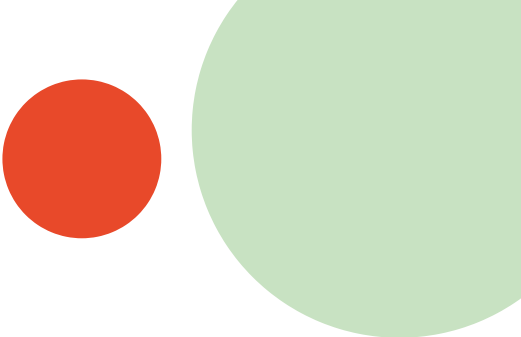




Ben ik de enige ouder die...?

Eerlijke verhalen van ouders voor ouders.



**Kinderdagverblijven Zwaluwstraat,
Klein Begijnhof en Dennenstraat.
In het kader van Week van de Opvoeding 2025.**

Week van de opvoeding 2025

Van 16 t.e.m. 23 mei was het Week van de Opvoeding met als thema “Goed genoeg ouderschap”. Ouder zijn is een bron van groot plezier en absoluut iets om trots op te zijn. Maar het kan ook best pittig zijn: het is soms druk, het kan er chaotisch aan toegaan en terwijl je je uiterste best doet, twijfel je soms ook heel erg aan jezelf.

Met het thema 'Goed Genoeg Ouderschap' willen we zeggen: fouten maken hoort erbij. Je hoeft geen perfecte ouder te zijn. Als je het goed genoeg doet, is dat ook écht goed genoeg. En als jij wat liever bent voor jezelf, geef je je kind ook een mooie les mee: iedereen maakt fouten, en daar leer je van. Zo werkt het leven.



De eerlijkheidsmuur

In onze 3 kinderdagverblijven Zwaluwstraat, Klein Begijnhof en Dennenstraat installeerden we tijdens de Week van de Opvoeding een Eerlijkheidsmuur: een plek voor eerlijke verhalen voor en door ouders. Zo kon iedereen anoniem zijn/haar twijfels, kleine frustraties, grappige momenten, schuldgevoelens of andere gevoelens rond het ouderschap delen, met een eigen aanvulling van de vraag **“Ben ik de enige ouder die...?”**

Dit boekje bundelt alle vragen die jullie deelden op de Eerlijkheidsmuur. **Het antwoord? Neen, je bent absoluut niet de enige. Er zijn altijd andere ouders die een versie ervaren van wat jij voelt en meemaakt.** Dat bewijzen de vragen op de volgende pagina's.

Ben ik de enige ouder die...



...echt heel moe en drukbezet is?

...soms pas om 22u avondeten eet omdat ik eerder geen tijd heb?

...uitkijkt om na 4 jaar eindelijk wat meer dan 4 uur slaap te hebben?

...soms even geen kinderen en gewoon rust wilt?

...heel moe is?

...zich schuldig voelt vanwege het gevoel te weinig tijd te kunnen besteden aan mijn kind?

...mijn kindjes op tijd naar de kribbe brengt om nadien terug even in bed te kruipen?

...zich schuldig voelt dat ze veel moet werken en zo weinig tijd heeft?

...soms uitkijkt naar bedtijd?

...soms toch stiekem een extra lange douche neemt en het even aan papa overlaat?

...blij is wanneer ze alleen thuis is?

...blij is eens een keer te kunnen uitslapen wanneer mijn kind tot 8u slaapt?

...blij is als hij in bed ligt om dan even me-time te hebben?



...extra geniet van kleine momentjes voor mezelf? Want die zijn zò nodig!

...nog eens verlangt naar een avondje bijpraten met vrienden en hier niet een prijs voor hoeft te betalen?

...me opsluit op het toilet om even tot rust te komen?

...blij is als mijn kindje slaapt?

...extra geniet van een zeldzaam moment van stilte?

...soms de slappe lach heeft met mijn kind en wat hij allemaal zegt?



...heel erg geniet van zijn/haar kind(eren)?

...samen veel plezier maakt?

...die weleens discussies heeft met haar kinderen, en dan tot de conclusie komt dat ze nog gelijk hebben ook?

...zo zo zo veel van haar kindje houdt?

Ben ik de enige ouder die...

...zooooo blij is en uitkijkt om eens zonder kind te zijn - geen mama te zijn, maar vrouw of vriendin, maar de kinderen instant mist als ze toch weg is?

...zich schuldig voelt omdat hij opgelucht is dat zijn huilend kind eindelijk in slaap is gevallen?

...de kinderen direct mist als ze slapen?

...aftelt om de kindjes van school te halen om dan vanaf 16u af te tellen tot ze kunnen gaan slapen?

...soms met heimwee terugdenkt aan de tijd voor er kinderen waren? Maar ik zou ze toch niet kunnen missen (voor heel lang 😊).

...het soms moeilijk heeft met hoe dubbel het ouderschap aanvoelt?

...de kinderen zo graag ziet lachen en spelen, maar vaak nog liever ziet slapen zodat de druk en verantwoordelijkheid eindelijk wat minder voelen?

...zich soms droevig en overweldigd voelt, zonder te weten waarom – en zich dan schuldig voelt omdat ze eigenlijk zo'n prachtig kindje en partner heeft?

...blij is als hij slaapt na een moeilijke dag, maar me schuldig voel en meteen wil gaan knuffelen omdat het veel te snel gaat?

...op het ene moment denkt de perfecte baby te hebben om een uur later – met een krijsend kind in de armen – zich af te vragen waar het is misgelopen?

...veel nadenkt over regels en wat allemaal goed is voor mijn kind, maar er zich vervolgens niet echt aan houdt?

...zich zelf niet aan de regels houdt?

...het moeilijk heeft om neen te zeggen tegen mijn kind?

...het moeilijk vindt om een evenwicht te vinden tussen gezond en suikers voor mijn kind?

...vaak toegeeft en dan gefrustreerd raakt als mijn zoon niet luistert naar mijn "nee"?

...dus ook wel eens "foert" zegt en gewoon doet wat werkt?

...’s avonds op 10 seconden tandjes poetst? Want ik ben te moe voor nog een huilbui.

...chocolade moet meenemen naar school om haar kleuter mee naar huis te krijgen?

...haar kinderen gerust met 2 verschillende sokken aan naar school of de crèche durft te brengen?



Ben ik de enige ouder die...



...het soms helemaal gehad heeft?

...soms harder schreeuwt dan ik wilde en me daarna slecht voel?

...mijn kind te lang TV laat kijken omdat ik gewoon zelf even op adem moet komen?

...soms wilt vluchten naar een onbewoond eiland?

...de moed voelt wegzakken wanneer 'crèche' op je gsm verschijnt en soms 1 seconde denkt 'ik wil dit niet opnemen'?

...te hard reageert op gedrag en direct spijt heeft?

...soms in de supermarkt ook op de grond wil gaan liggen?

...mijn kind soms (figuurlijk) tegen de muur kan plakken?



...zich soms afvraagt of mijn ervaring wel 'normaal' is?

...haar kind niet wil wakker maken om op tijd te kunnen vertrekken voor werk/opvang?

...zich soms alleen voelt?

...mijn kindjes moeilijk kan loslaten?

...mijn zoon nog langer in de crèche laat zodat ik even kan opruimen, omdat het met hem driedubbel zoveel tijd kost?

...al die kindersokken in huis verschrikkelijk vindt? Alle maten in de was en er verdwijnen er zoveel...

...nog om de 2 uur moet opstaan voor een voeding? (zoontje is 1 jaar)

...mijn kind soms tv laat kijken om mezelf klaar te maken?

...soms niet weet wat ze doet?

...het moeilijk vindt om haar kinderen op reis te laten gaan?

...huilt als ik mijn zoon moet achterlaten?

...soms samen slaapt?

...het moeilijk heeft als ik mijn kind niet kan troosten?

Hopelijk helpt dit boekje jou ook om wat minder te twijfelen aan jezelf - als ouder en als mens. Je bent goed bezig en je bent zeker niet de enige.