

Je wordt mama. Je wordt papa.

Jullie krijgen samen een kindje. Het eerste. Dus hebben jullie heel wat dromen, ideeën, verwachtingen en ook twijfels. Met deze kaartjes kan je die op een prettige manier delen met elkaar. Denk samen na over de vragen.

- Wat vinden jullie?
- Denken jullie allebei hetzelfde?
- Kunnen jullie afspraken maken?

Over 10
of 20 jaar



Wat je zegt
en wat je doet

Dat overkomt
ons allemaal

Zus?
Of zo?

Zoals
bij mij

Nee is
nee

Even
ademhalen

Ik de was,
jij de plas?

Wie
gaan we
inschakelen?

Over 10 of 20 jaar

Kleine kindjes worden grote mensen.

- ☐ Welke uitspraken over jullie kind zouden jullie fijn vinden? Als kind en als volwassene.



Zoals bij mij

Zelf een kind krijgen, roept herinneringen op aan je eigen kindertijd.

- ☐ Wat vonden jullie fijn in je eigen opvoeding?
- ☐ Op wie konden jullie altijd rekenen?
- ☐ Kregen jullie grenzen en duidelijke richtlijnen als kind?
- ☐ Hoe vonden jullie dit toen?

Zus? Of zo?

Elk koppel kent het: de ene ziet het zus, de andere ziet het zo. Ook als het gaat over jullie kind kunnen jullie een andere mening hebben.

- ☐ Hoe willen jullie omgaan met een verschil in idee of aanpak?
- ☐ Hoe willen jullie tot een compromis komen waarbij jullie je allebei goed voelen?

Dat overkomt ons allemaal

Elke ouder heeft verwachtingen en wil het goed doen. Ook jullie. Fouten maken hoort daarbij.

- ☐ Mag je van jezelf fouten maken?
- ☐ Mag je partner fouten maken?
- ☐ Zien jullie fouten maken als een leermoment of als een mislukking?

Wat je zegt en wat je doet

Opvoeden: iedereen heeft er zijn of haar idee over.

- Er op voorhand over nadenken, zorgt dat jullie later bij opvoedingsvragen sterker staan.
- ☐ Wat is voor jullie de ideale opvoeding?
- ☐ Denken jullie dat deze ideeën haalbaar zijn?

Wie gaan we inschakelen?

Soms hebben jullie een helpende hand nodig. Omdat er zoveel nieuws op jullie afkomt, omdat het niet makkelijk is om alles zonder hulp te doen.

- ☐ Wie kan er mee inspringen in de zorg voor de baby?
- ☐ Gaan jullie enkel hulp inroepen als het niet anders kan of ook om zelf even te ontsnappen en te ontspannen?

Ik de was, jij de plas?

Een huishouden stopt nooit. En dat is zeker zo als je kinderen hebt. Wie doet dan wat?

- ☐ Wat verwachten jullie van elkaar in jullie nieuwe gezin mét een kindje?

Even ademhalen

We hebben allemaal wel eens nood aan tijd voor onszelf en onze relatie.

- ☐ Hoe willen jullie af en toe een rustmoment inlassen?
- ☐ Bij veel ouders brengt tijd voor zichzelf schuldgevoelens mee. Hoe denken jullie daarmee om te gaan?
- ☐ Hoe maken jullie van die tijd samen ook echt batterij-oplaadmomenten?

Nee is nee

Als ouders geven jullie je kind aandacht en steun, maar ook grenzen. Nee is dan gewoon: nee.

- ☐ Hoe gaan jullie je kind positieve aandacht en steun geven?
- ☐ Willen jullie eerder veel of weinig grenzen bepalen voor je kind?
- ☐ Hoe zou dit voor hem/haar aanvoelen?