

## Me-time op Moederdag?

Hoe zorg je dat het – ook met pubers- een leuke dag wordt



*Weet je het nog dat je op Moederdag van die mooie knutselcadeautjes kreeg? Aandoenlijke kettingen van macaroni, armbanden van schelpen, beschilderde theedoosjes met een mooi versje erbij. En dat je kinderen vol trots en met blijde gezichten die cadeaus aan je gaven?*

*Hoe anders is het met pubers. Zuchten dat het onzin is. 'Er is toch ook geen jongerendag. Het is gewoon een commercieel gedoe. Ik doe er niet aan mee!' 'Ik heb geen zin in iets gezelligs doen. Ik heb het druk.' 'Hoe zo, hoef jij niets te doen en moeten wij alles doen, dat is toch oneerlijk.'*

*Hieronder mijn verhaal van een totaal mislukte Moederdag en wat ik daarvan geleerd heb.*

### **Doen jullie nog aan Moederdag?**

Veel ouders van tieners aan wie ik dit vraag, vieren eigenlijk geen Moederdag meer.

- 'Nee dat hebben we afgeschaft toen de kinderen naar de middelbare school gingen. Het was toch niet leuk meer.'

- 'Het werd een beetje een gedwongen iets en eigenlijk is ook maar een commercieel feest'

- 'Ik ga nu elk jaar even bij mijn eigen moeder op bezoek.'

Maar ik hoor ook wel ouders die er samen een leuke dag van willen maken, moeders die bloemen of een ontbijt op bed krijgen. Misschien ben jij als moeder nog steeds de hele dag in touw om van alles te organiseren. Zoals in dit artikel: [hoe creëer je als uitgebluste ouder een moment voor jezelf.](#)

## Hoe onze Moederdag ruziedag werd

Wij vieren al jaren Moederdag (en ook Vaderdag trouwens) onder het motto: 'Je hoeft niets vandaag'. Je krijgt een ontbijtje op bed, hoeft niet te koken of andere huishoudelijke klussen te doen. Dat liep eigenlijk altijd wel goed. Hoewel de laatste jaren het ontbijtje niet meer door de tieners maar door de andere ouder gemaakt werd. Prima voor een ieder.

Totdat ik ervoor koos om de hele dag lekker te lezen en ook wat te werken, omdat ik dat het liefste deed. Ik ging niet mee met de rest van het gezin voor een wandeling met de hond en een pannenkoek op een terras.

Daarna kregen we een stevige discussie, zeg maar gerust ruzie, over dat ik me onttrok aan een gezinsactiviteit en dat het toch niet gezellig was dat ik op Moederdag achter de computer zat.

## De wijze les ;)

Ik had duidelijker mijn behoefte kunnen aangeven. Mijn behoefte was: even alleen maar met mezelf zijn. Terwijl mijn gezin juist bedacht had om iets met elkaar te doen. Toen we met elkaar spraken over die onderliggende behoeften, begrepen we elkaar en hadden we alsnog een gezellige avond samen. Na wat me-time kon ik ook weer genieten van de we-time. Dus vanaf nu geef ik altijd aan hoe mijn ideale dag eruit ziet, wat ik graag zou willen op Moederdag. En eigenlijk zouden we dat vaker moeten doen, een ideale dag voor onszelf organiseren. Daarmee tanken we bij en geven we het goede voorbeeld: 'Ik heb soms tijd voor mezelf nodig.'

## Hoe ziet jouw ideale dag eruit?

Voor komende zondag is mijn wens: ontbijt op bed, uitgebreid de krant lezen, dat er koffie voor me gezet wordt als ik er om vraag, dat we in de middag even naar het oude Loo gaan wandelen met wie mee wil en dat we 's avonds lekker eten. Het maakt niet uit wat, als ik het maar niet hoeft te bedenken en te maken. **Ik heb er nu al zin in.**

Mijn gouden tip: Geef vooral van te voren aan wat jouw wens is voor de Moederdag.

## En hoe ziet die van jou eruit?

*Wil jij graag de sfeer in je gezin verbeteren? Stel mij gerust een [vraag](#) een vraag het andere ouders in de [Facebook-community](#).*



## Wil jij ook gemakkelijker in gesprek komen en uit de strijd blijven met je tieners?

In mijn boek 'Luisteren naar pubers' staan veel voorbeelden over communicatie tussen ouders en tieners. Aan de hand van 6 praktische bouwstenen beschrijf ik hoe je in gesprek komt en blijft met je tiener.

Mijn droom is: een puber-tijd met minder strijd voor zo veel mogelijk ouders en tieners. Je kunt het bestellen – gesigneerd en wel- via

[www.luisterennaarpubers.nl](http://www.luisterennaarpubers.nl)

