

Vaardigheden

Wat moet je kunnen om een kind te verzorgen en op te voeden?

Belangrijke informatie



Wat moet je kunnen om een kind te verzorgen en op te voeden?

Je denkt aan een kind.
En alles lijkt leuk en simpel.
Maar dat is het echt niet alleen.
Een kind verzorgen en opvoeden
is vaak een hele klus.
Het betekent nogal wat als je elke dag
voor een kind moet zorgen.

Met een kind wordt alles anders!

Een kind heeft heel wat nodig
en het valt niet altijd mee om moeder of vader te zijn.
Je moet zelf een heleboel weten en kunnen.
En je moet je kind ook nog eens veel leren
en goed verzorgen.
Het is heel belangrijk
dat je om hulp kunt vragen.

Vraag om hulp en accepteer hulp

Om goed voor een kind te kunnen zorgen,
moet je een heleboel weten en kunnen.
Allereerst moet je goed voor jezelf kunnen zorgen.
Als je dit niet kunt,
kun je ook niet goed voor een kind zorgen.

Belangrijk is ook dat je bereid bent hulp te vragen
als je iets niet kunt of iets niet weet.
En dat je ook echt hulp accepteert,
als je dingen niet zelf kunt.

Hoe kun je goed voor jezelf zorgen?

Leef gezond:

- eet en drink gezond
- houd je lichaam goed schoon
- gebruik geen drugs
- beweeg elke dag

Wat moet je nog meer kunnen om goed voor jezelf te zorgen?

- je huis schoonhouden
- een maaltijd klaarmaken
- je kleren wassen en strijken
- met geld omgaan
- boodschappen doen
- ergens zelf naartoe reizen
- brieven lezen en beantwoorden
- formulieren invullen en rekeningen betalen
- je bank- en postzaken op orde houden
- afspraken maken en nakomen
- goed plannen
- op tijd je bed uitkomen
- contacten leggen en onderhouden
- ruzies oplossen
- problemen uitpraten
- en nog veel en veel meer...

Als er een kind is, moet je nog een heleboel andere dingen kunnen

Je kind heeft veel liefde en aandacht nodig.
Zonder dat kan een kind heel ongelukkig worden en lastig.
Zorg dus dat je je kind voldoende liefde en aandacht geeft.

Maar er is meer.

Je moet je kind van alles leren

Bijvoorbeeld:

- leren lopen
- leren praten
- leren zelf te eten
- leren zindelijk te worden
- leren zichzelf aan en uit te kleden
- leren wat wel en niet mag
- leren spelen
- leren spelen met andere kinderen
- leren rekening te houden met anderen
- leren ruzies op te lossen
- leren om zijn huiswerk te maken
- leren om vrienden te maken
- leren om...

Maar er is meer.

Je moet je kind ook goed verzorgen

Bijvoorbeeld:

- regelmatig in bad doen of douchen
- luiers en kleren verschoneren
- als je kind klein is:
 - om de drie uur voeden
- als je kind groter wordt:
 - drie keer per dag zorgen voor een gezonde maaltijd
- 's nachts je bed uitkomen als je kind huilt
- naar de dokter gaan als je kind ziek is
- je kind op tijd naar bed brengen en op tijd uit bed halen
- je kind troosten als het verdriet heeft

Maar er is meer.

Je moet bijvoorbeeld heel geduldig zijn en niet te snel kwaad worden.

Je moet je kind laten merken dat je van hem/haar houdt en hem/haar regelmatig een knuffel geven of een complimentje.

En het is fijn als je elke dag even met je kind praat over wat hij of zij heeft meegemaakt.

Ook dat is goed zorgen voor je kind.

Wat vind jij belangrijk dat jouw kind leert?

Iedere ouder wil dat zijn kind gelukkig wordt en dat het zal opgroeien tot een goed mens. Een kind moet leren wat goed is en wat fout. Maar ook om voor zichzelf op te komen, een ander te helpen, en nog veel meer.

Hoe gaat dat als jij een kind zou hebben?
Hoe krijg je dat dan voor elkaar?

Misschien denk je wel eens terug aan je eigen opvoeding.
Wat hebben jouw ouders je geleerd?
Wat zou je hetzelfde doen als je ouders?
Wat zou je anders doen?

Eén ding is zeker.
Een kind leert het meeste van zijn ouders.
Je moet dan ook steeds het goede voorbeeld geven.
Dan weet je kind ook hoe het zich moet gedragen.
Kun jij elke dag opnieuw
een goed voorbeeld zijn voor je kind?

Om over na te denken:

Hoe zorg jij op dit moment voor jezelf?
Wat kun je zelf en waar heb je hulp bij nodig?
Wat weet je over de verzorging van een kind?
Wat weet je over het opvoeden van kinderen?
Weet je wat een kind allemaal moet leren
op verschillende leeftijden?