

LORENTIA VEPPI

ONGEFILTERD



MOEDER  
SCHAP

PEUTERCHAOS  
EN KNUFFELS

HOOFDSTUK 1

HOE LOSLATEN  
BEGINT IN DE  
BADKAMER

## WAT EEN KERSTBOOM KAN LOSMAKEN

Het is 4 november. De buitenlucht ruikt nog naar herfstbladeren en naar de zomerse barbecuefeestjes, maar in onze living staat de kerstboom al te schitteren alsof hij auditie doet voor een kerstfilm. Een boom die eigenlijk te vroeg is, te scheef staat en, eerlijk, te veel kostte. Nog maar te zwijgen van de vier andere grote bakken kerstballen die staan te blinken in de berging. Maar die kleuren staan me dit jaar niet aan, dus heb ik naar hartenlust wéér nieuwe ballen gekocht. Met het gezaag van mijn vent op de achtergrond. 'Vrouwen zijn gek.' Ja, we zijn gek. Misschien worden we wel gek van onze venten, denk ik dan.

Hoe komt het dat mannen zo rustig en kalm zijn? Ik loop rond als een kip zonder kop en er is iets in mezelf dat helemaal verandert wanneer die verrekte boom er weer staat. Terwijl ik staar in de zee van lichtjes overkomt mij een heel warm gevoel. Is dat mijn kindertijd die naar boven borrelt? Heeft het te maken met het feit dat ik jarig ben op kerstavond? Vanwaar komt dit warme en veilige gevoel?

Paolo (mijn partner) komt binnen, zijn jas nog aan, de geur van koude lucht en uitlaatgassen hangt aan hem. Hij kijkt rond, fronst en zegt: 'Serieus, Lorentia? Nu al?' Ik stop mijn hand in de doos met kerstballen, trek er eentje uit en zeg: 'Ja, nu al. De boom maakt me gelukkig. Wil je dat ik dat uitstel tot ik depressief ben?' Hij zucht, glimlacht, pakt zijn sleutels en gaat naar het kleinste kamertje: het toilet. Zijn manier om te zeggen: *ik geef het op*.

De boom knippert ritmisch. Het lijkt een discobal van rust: een plek waar ik in mag verdrinken. Naast me ligt Cloè, die een glitterbal als microfoon gebruikt. 'Gaan we zingen, mama?' roept ze. Dus zing ik, vals, maar met overtuiging *Let it go* van Frozen. Ik haat dat lied. Echt. Het zit al jaren vast in mijn hoofd als ongewenst behang.

Maar zij straalt. En ik zing mee, want dat is wat moeders doen: hun eigen smaak inslikken en plaats maken.

## HET THERAPEUTISCHE LICHT VAN DE KERSTBOOM

Buiten regent het zacht. De ramen zijn beslagen, de geurkaars die ik voor 60 cent gekocht heb in de Action verspreidt een mengeling van vanille en 'ik probeer mijn leven onder controle te houden'. Ik koop dat soort dingen niet omdat ik ze nodig heb. Ik koop ze omdat ik daar even alleen ben. Tussen kaarsen, mandjes en spullen die mijn leven niet gaan verbeteren, maar me wel vijf minuten stilte geven.

Goedkoop shoppen is mijn *mom-therapy*. Geen kind aan mijn jas, geen man die vraagt of we dat al niet hebben. Gewoon ik, een winkelkar en het gevoel dat ik iets kies zonder rekening te houden met iemand anders. Het werkt niet lang. Maar soms is dat genoeg.

Ik heb continu het gevoel dat er iets fout is in mijn leven. Dat ik iets beter moet doen, dat het nooit genoeg is wat ik doe. Mijn innerlijke zelf rusht door het leven, dag en nacht. Ik zeg het ook vaak tegen mijn partner: 'Ik voel dat er iets is.' 'Wat is er dan?' vraagt hij, maar daar kan ik geen antwoord op geven. 'Hormonen', zeg ik dan meestal.

Misschien is dat waarom ik de kerstboom al op 4 november opzet. Omdat ik wél wil dat mijn dochter meehelpt. Omdat ik wil dat ze weet dat gezelligheid geen planning nodig heeft. En ja, er is altijd iemand die het beter weet. Ik hoor al heel mijn moederlijk leven: 'Zou je niet wachten tot na de Sint? Anders raakt ze in de war.' Mijn kind kan de helft van de tijd haar linkerschoen niet van haar rechter onderscheiden, maar zou volgens de wereld verward raken van een plastic boom met lampjes. Oké, Rita, bedankt voor je bezorgdheid.

**'OORDELEN ZIJN GRATIS,  
MAAR ZE KOSTEN JE GEMOEDSRUST.'**

# VROEGER

Ik neem een slok van mijn lauwe koffie en denk aan vroeger, toen kerstbomen iets waren waar mijn moeder over besliste, niet ik. Zij zette de boom pas half december want: 'O jee, als je dat voor de Sint zou doen, dan zou Marie-Jeanne daar ook wel haar mening over hebben!' Ik merk op dat mijn eigen moeder vroeger zelf ook overstelpt werd door oordelen.

Oordelen van mensen die er nog niet eens toe doen. Is het daarom dat ikzelf nu niet goed omkan met kritiek? Dat ik daar steeds als een bezetene tegen opboks? We hadden vroeger van die glazen bollen. O wee als je er eentje liet vallen! Dan was de gezellige sfeer van kerst meteen voorbij. En, oh ja, als die ene glazen blauwe bol niet op de juiste plek hing, dan was het kerstfeestje ook voorbij.

## TUSSEN WAT MOET EN MAG

De boom flikkert, de wasmachine zoemt, en ik voel het kleine rustmoment dat alleen moeders begrijpen: dat ene kwartiertje waarin niemand iets vraagt. Toch piept er schuldgevoel door de stilte. Zou ik niet beter even strijken? Of mails beantwoorden? Het is alsof je niet mag rusten zonder reden. Of is dat gewoon 'mama' zijn? Of ben ik mentaal om zeep? Dat kan ook.

## 'PINCH ME'-MOMENTEN

Ik leun achterover in de zetel, met een deken over mijn benen. De lampjes weerspiegelen in mijn koffietas. Een *pinch me-moment*, zo noem ik dat. Ik heb er veel de laatste jaren:

- mijn kind veilig in bed leggen: *pinch me*;
- een boek mogen schrijven: *pinch me*;
- op woensdag samen pannenkoeken bakken met haar: *pinch me*.

En telkens is er datzelfde besef: ik ben niet enkel mama. Ik ben ook vrouw, vriendin, leerkracht, mens... Maar van al die rollen is de moederrol de enige die me tegelijk slijt én scherpt.

Cloè kruipt op mijn schoot en zegt: 'Mama, boom mooi, jij mooi!' En ik denk: 'Ja, het is mooi. Maar jij, mijn kleine meid, bent het mooiste wat ik heb!' En ik friemel nog wat door haar gekrulde haar.

# MOEDERS VAN VROEGER



# VERSUS MOEDERS VAN NU

## Tanden poetsen:

### **VROEGER**

'Poets!' (kind poetst)

### **NU**

'Kies je glittertandenborstel, je liedje, je timer, je motivatie.'

## Kleren kiezen:

### **VROEGER**

'Dit is proper. Aandoen!'

### **NU**

'Wil je vandaag glitter, glim of een identiteitscrisis?'

## Rust nemen:

### **VROEGER**

Moeder zet zich neer. Klaar.

### **NU**

Moeder zet zich neer. →  
Moeder krijgt een schuldgevoel.  
→ Ze is het drankje vergeten. →  
Ze staat weer recht.

## DE POTJESHEL

Net wanneer ik denk dat ik dit ouderschap best onder controle heb, flitst het door mijn hoofd: *zindelijkheidstraining*. Mijn kind moet binnenkort naar school, naar het instapklasje. We hebben zopas een infoavond gehad, waar we een heel boekje mee naar huis kregen met daarin allerlei regels en richtlijnen. Nog voor ik thuis was, was ik de inhoud al helemaal vergeten. Behalve een ding: het **PAMPERVERBOD**.

Dat woord alleen al klinkt als een strafkamp. De school heeft een pamperverbod. En mijn kind? Geen interesse. Ze kijkt naar dat potje alsof het radioactief is. Ik dacht altijd: 'Hoe moeilijk kan het zijn, gewoon pipi doen in een kommetje?' Iedereen leert dat toch. Is het niet een beetje zoals leren lopen? Ze doen het plots en tadaaaa!



Antwoord: blijkbaar is het heel moeilijk. Want het gaat niet over pipi. Het gaat over macht (die ik blijkbaar niet heb). En ik begin te vermoeden dat ik in dit huishouden de minst krachtige ben.

Het begon onschuldig, met een klein wit potje dat ik trots in de living zette, in de overtuiging dat dit het begin was van een nieuw, proper hoofdstuk. Na drie dagen stond het daar nog steeds: onberoerd. Een decorstuk. Een symbool van mislukte hoop.

Cloè gebruikt het potje als troon voor haar knuffelbeer, als trommel, als speelgoedmand. Voor alles behalve waarvoor het bedoeld is. Ik noem het 'de pipiplaats', maar zij noemt het 'de stoel van Beer'. En eerlijk? Beer heeft er al meer pipi op gedaan dan zij.

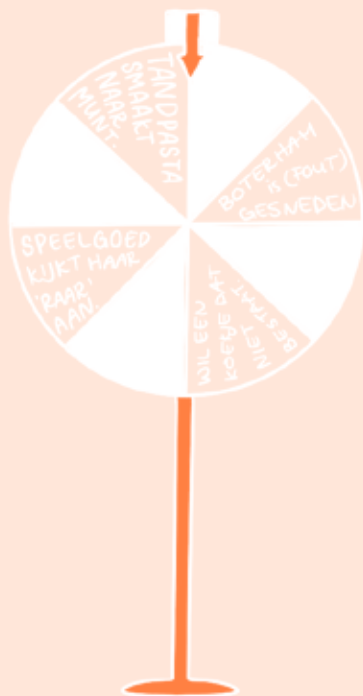
Je wilt ook niet weten hoeveel soorten potjes ik gekocht heb. Ik heb zelfs een draagbaar potje gekocht in de vorm van een pinguïn die vacuüm trekt zodat je lekker geurloos met kak kunt rondlopen als je onderweg bent. Handig wel, zolang je het ding maar niet vergeet te legen wanneer je thuiskomt.

## POTJESGEBRUIK VAN PEUTERS

Voorwerp	Functie volgens ouders	Functie volgens peuters
een potje	pipi doen	een stoel voor knuffels
een potje (de luxe versie)	extra motivatie	een drumstel
een brilverkleiner	veiligheid	een grappige hoed
een onderbroek	oefenen	decoratie
natte doekjes	billen, handen en snoeten schoonvegen	leuk om helemaal leeg te plukken

# KEUZEWIEL

## WAAROM MIJN KIND VANDAAG HUILT



Zet je vinger op het rad en sluit je ogen. Draai enkele rondjes over het rad en houd je vinger dan stil. Tadaa, het antwoord.

## DE ZINDELJKHEIDSTRAINING DIE NIET TRAJNT

Een vriendin van me heeft me een boek over zindelijkheidstraining gegeven. Na enkele dagen de tips uit het boek te volgen, was haar kindje helemaal droog. Dat gaf me goede moed. Maar in mijn ogen is dat de grootste leugen sinds 'De baby slaapt door na het lezen van dit slaaptrainingsboek!'

Op dag 1 moet ik mijn dochter telkens op het potje zetten en enthousiast juichen als ze *iets* doet. Ze doet niets. Ik juich voor niks. Na een halfuur begint ze te juichen voor *mij*. 'Goed zo, mama, je zit!'

Op dag 2 zou het 'klikmoment' komen. Er klikt iets, ja: mijn rug en mijn geduld! Op dag 3 sta ik in tranen in de badkamer en denk: *'Ik kan een klas van twintig pubers aan, maar niet één peuter met een blaas.'*

**'ZINDELJKHEIDSTRAINING IS NIET VOOR HET KIND.  
HET IS EEN MENTALE TEST VOOR DE OUDER.'**

## BADKAMER BREAKDOWN

Op een avond besluit ik: dit is het moment. Broek uit, potje klaar, vol goede moed. 'JIJ GAAT NUUUU OP HET POTJE!' Mijn dochter staat in de keuken van links naar rechts te wiegen. Ze draagt geen pamber. Ah nee, want dat mag niet als je de zindelijkheidstraining doet. Dus ze kijkt me aan en zegt: 'Pipi doen!' 'Ja, op het potje lieve schat', antwoord ik vrolijk. Cloè kijkt me aan met een blik die zegt: *probeer maar*. Ik wandel met haar naar het potje en zeg zachtjes dat ze daar pipi op kan doen. Maar ze weigert, wordt steeds bozer en bozer en het wiegen wordt erger en erger. Het is zo frustrerend om te zien dat ze zo koppig kan zijn. Ze moet zo dringend naar het toilet, maar weigert gewoon op die pot te gaan.

Ik zie meer en meer woede en verdriet langs haar kant. Uiteindelijk denk ik: ik doe het zoals de moeder van vroeger en zet haar gewoon op

die verrekte pot. Ik neem haar op en probeer haar op die pot te zetten. Maar ze verandert in dat kind uit *The Exorcist* en begint te krijsen. Kriewelend over de badkamervloer, gepaard met urine die overal in het rond vliegt. Ik heb mijn kalmte verloren. Voor de zoveelste keer. Met een huilend kind op de grond en mezelf ernaast, badend in urine denk ik: 'Heb ik haar nu een trauma gegeven? Heb ik nu alwéér een fout gemaakt?'

Ik zit daar, met natte sokken en mijn haren in de war, en denk: 'Ik ben een volwassen vrouw die een plas van 400 ml probeert op te vegen, met naast mij een kind dat roept dat ze mij haat. Dit is dus liefde.'

Ik ga op de badrand zitten en voel de tranen branden. Niet van frustratie, maar van dat domme gevoel dat ik iets fout doe. Alsof haar succes mijn examen is. Alsof *ik* de proef niet gehaald heb.

Ik heb het aan zoveel mensen gevraagd: 'Zeg, hoe heb jij dat gedaan met die potjestraining?' 'Euh... gewoon', zeiden ze allemaal. 'Ze doen het gewoon na een paar dagen.' 'Tuurlijk', dacht ik. 'Het is weer alleen bij mij zo'n drama.' Ik googelde: 'wanneer zindelijk worden normaal'. Het internet antwoordde: 'Ieder kind is anders.' Zo'n troosteloze zin. Ik wilde iets concreets, zoals: 'Morgen om 16u32 lukt het.'

## DE PSYCHOLOGIE VAN HET POTJE

Ik voel me leeg. Die kleine worsteling met een plastic potje wordt ineens groot. Want het gaat niet alleen over plassen. Het gaat over controle. Over loslaten. Over de angst dat ik te weinig geduld en te veel verwachtingen heb. En dat ik misschien net zo streng ben als mijn eigen moeder, maar dan met glitters.

Ik denk: '*Wat maak ik mezelf toch wijs?*' Ze zal leren. Niet vandaag. Niet omdat een boek het zegt. Maar wanneer ze er klaar voor is. En misschien moet ik leren dat ik dat niet kan plannen.

'ER IS GEEN HANDLEIDING VOOR LOSLATEN.  
ER IS ALLEEN EEN POTJE, EEN HOOP DOEKJES EN EEN MOEDER  
DIE PROBEERT KALM TE BLIJVEN.'

## INSTAGRAM ILLUSIES

's Avonds scroll ik door Instagram. Een of andere supermama post een foto van haar peuter op een potje met de tekst: *'Eerste keer pipi! Zo trots!'* Ik wil reageren met *'Eerste keer breakdown! Ook trots!'* Het is absurd hoe snel je jezelf vergelijkt. Alsof je moederwaarde meetbaar is in likes en kleine successen. Mijn innerlijke stem zegt: *'Laat het los.'* Maar mijn duim blijft scrollen. Ik klik mijn scherm uit. In de reflectie van het zwarte glas zie ik geen mislukte moeder, maar een mens dat gewoon haar best doet. Dat is soms al een mirakel op zich.

### BACK TO THE 90'S

#### 'HOE HET VROEGER GING'

1 potje voor alle kinderen  
0 methodes  
0 handleidingen  
0 Pinterest  
0 keuze  
100%: 'Ga op dat potje zitten,  
we moeten nog boodschappen doen!'

# PEUTER-ONDERHANDELINGSSHEMA

