



## Pädagogische Elternbegleitung

### Eltern-Telefon

Während Dein Kind Dich nach Wochen wieder begrüßt, muss es sich zugleich vom anderen Elternteil verabschieden. Beim Wechsel von einem Elternhaus ins andere braucht Dein Kind die uneingeschränkte Zuwendung von Mama oder Papa. Und gleichzeitig ist oft zwischen Euch Eltern etwas abzusprechen. Wie wäre es, ein „Eltern-Telefon“ zu anderer Zeit zu erproben?

- Monatlich am Datum des Geburtstages Eures Kindes wählt Ihr für 20 Minuten eine Uhrzeit, bei der Euer Kind garantiert nicht zuhört.
- Welche Herausforderungen und Highlights hat Euer Kind im letzten Monat erlebt? Was braucht es von Euch, damit es im nächsten Monat gut weitergeht?
- Was konntest Du wertschätzen an der Art, wie der andere Elternteil für Dein Kind sorgt?
- Auch der Austausch über ganz Alltägliches ist hilfreich. Später einmal werden so leichter Absprachen zu konfliktreicheren Themen möglich sein.
- Entlastet Euer Kind und erzählt ihm bei Gelegenheit, dass Ihr Eltern regelmäßig miteinander im Austausch seid. Nehmt Themenwünsche Eures Kindes auf. Der Inhalt der Gespräche bleibt aber Elternsache.
- Der geschützte Raum einer Skype-Konferenz bietet sich an. Du bleibst im räumlichen Abstand zum früheren Partner, niemand muss seine Telefonnummer offenbaren, die Kamera kann ausgeschaltet werden und jeder kann von seinem Zuhause aus dabei sein.



- Wenn es für einen von Euch zu anstrengend wird oder die „Eltern-Telefon-Zeit“ wegen unvorhergesehener Ereignisse unterbrochen werden muss, nehmt Euch die Freiheit und setzt Euren Austausch einfach zur selben Zeit am nächsten Tag fort.
- Ihr entscheidet, ob beim Elterntelefon mit jedem von Euch noch ein Mensch Eures Vertrauens teilnimmt.
- Wenn ein Elterntelefon zwischen Euch Eltern noch nicht möglich ist, nutze den monatlichen Austausch mit Deinem vertrauten Wegbegleiter.

**Sorge gut für Dich.**

**Dein Kind braucht einen gestärkten Papa. Und eine gestärkte Mama.**

Dein Team von

*Mein Papa kommt / Meine Mama kommt*

