



## Pädagogische Elternbegleitung

### Alte Geschichten und neue Visionen vom Vatersein / Muttersein

Kinder sind ein Geschenk. Auch, weil sie uns in besonderer Weise mit unserer eigenen Kindheit verbinden. Wenn wir Eltern werden, wird unsere eigene längst vergangene Kindheit auf „on“ geschaltet. Wir halten unser Kind im Arm oder sehen es vor uns mit erwartungsvollem Fragen und plötzlich erinnern wir uns an unsere eigenen Erfahrungen in diesem Alter. Mit allem Drum & Dran. Wir gestalten unsere Gegenwartsfamilie also immer vor der Kulisse unserer Herkunftsfamilie.

Zum Glück wiederholt sich nicht einfach alles. Die Geschichte der Gegenwart schreibst Du. Und Du kannst heute als der Erwachsene neue Wege finden, um mit dem umzugehen, was Dich als Kind gestärkt oder geschwächt hat. Damit Du kraftvoll an der Seite Deines Kindes bist. Zur Vorbereitung kannst Du die folgenden Gedanken einem Spaziergang widmen oder einem freien Abend an dem monatlichen Datum des Tages, an dem Dein Kind irgendwann in diesem Jahr seinen Geburtstag hat.

#### Der Blick zurück in die Familie Deiner Kindertage

- Ein Werbespruch über Deine Herkunftsfamilie auf einem Plakat: Mein Vater / Mutter ist / war wunderbar, wenn / weil...
- Ein Warnhinweis über Deine Herkunftsfamilie auf einem Straßenschild: Mein Vater / Mutter ist / war eine echte Herausforderung, wenn / weil...
- Ein Fotoalbum über Deine Herkunftsfamilie: Welche Vaterbilder / Mütterbilder aus Deiner Kinderzeit, aus Büchern, Kinofilmen oder TV-Serien wären dort gesammelt?



Gut, Deinen Gedanken dann Taten folgen zu lassen:

Wie wäre es, einem Foto Deiner Mutter / Deines Vaters für eine Weile einen Platz in Deiner Wohnung zu geben? Egal, was so los war, kann ein post-it Zettel dazukommen: „Du hast Leben an mich weitergegeben. Danke.“

### **Der Blick ins Hier & Jetzt Deiner Gegenwartsfamilie**

- Was wäre als Vater / als Mutter Deine Filmrolle, wenn über Deine Gegenwartsfamilie ein Kinofilm gedreht würde? Wärest Du König / Königin? Liebender / Liebende? Kämpfer / Kämpferin? Sinnsucher / Sinnsucherin?
- Und was bräuchte es, damit Du ab und zu auch eine der anderen Rollen übernehmen kannst?

Gut, Deinen Gedanken dann Taten folgen zu lassen:

Egal, was sich zeigt. Wie wäre es, dem anderen Elternteil in jedem Fall eine kurze Botschaft zu schreiben? „Das Geschenk, was ich von Dir bekommen habe, ist unser Kind. Danke.“

### **Der Blick in die Ferne für Dich als Vater / Mutter mit Potential**

- Wer ist als Vater / als Mutter noch heute ein echter Held / eine echte Heldin für Dich? Was beeindruckt Dich?
- Suche Dir eine aktuelle Frage, wo Du Dich als Vater / als Mutter positionieren musst. Geh nun in einen gedanklichen Dialog mit Deinem „Held“, Deiner „Heldin“. Was wird er / sie Dich fragen? Was wird er/sie Dir raten? Womit wird er / sie Dich ermutigen/stärken? Was wird Dein nächster pragmatische Schritt als Vater oder Mutter für Dein Kind sein?

Gut, Deinen Gedanken dann Taten folgen zu lassen:

Schreibe einen Brief an Dich selbst, in dem Du an denjenigen erinnerst, der in seiner Art, Vater / Mutter zu sein, noch heute für Dich ein echter Held / Heldin ist. Benenne darin auch Deinen nächsten konkreten kleinen Schritt, den Du als Vater / Mutter für Dein Kind gehst. Verschließe den Brief im Anschluss in einen an Dich selbst adressierten Briefumschlag. Sende ihn Dir nach ein paar Tagen per Post zu.

Wir wünschen Dir eine erfolgreiche Spurensuche auf dem Weg zu Deiner ganz eigenen Vision, welcher Vater / welche Mutter Du für Dein Kind sein möchtest!

**Sorge gut für Dich.**

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

Dein Team von

*Mein Papa kommt / Meine Mama kommt*

---

*Mein Papa kommt / Meine Mama kommt* ist ein Angebot der Flechtwerk 2+1 gGmbH. Sämtliche Inhalte, Fotos, Graphiken und Texte sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen ohne vorherige schriftliche Genehmigung weder ganz noch auszugsweise kopiert, verändert, vervielfältigt oder veröffentlicht werden. © Flechtwerk 2+1 gGmbH

