



Neue Rollen. Neues Wir.

**Gesprächsimpulse für
werdende Eltern**

Eltern zu werden bedeutet, vieles neu zu entdecken. Mit einem Baby verändert sich nicht nur euer Alltag: Neue Rollen entstehen, Bedürfnisse müssen neu ausgehandelt werden und aus euch als Paar wird zusätzlich ein Elternteam.

Zwischen Vorfreude, Fragen und Erwartungen entsteht ein neues Wir. Diese Gesprächsimpulse laden euch ein, miteinander ins Gespräch zu kommen: über das, was euch trägt, überrascht oder vielleicht noch unausgesprochen ist.

Ihr braucht keine großen Antworten, nur etwas Zeit, ehrliches Zuhören und die Bereitschaft, neugierig zu bleiben.

Über Zeit & Tempo

Wie stellt ihr euch euren Alltag vor, wenn ein Baby da ist? Eher ruhig, spontan oder gut strukturiert?

Was bedeutet „Zeit füreinander haben“ für euch und wann darf nichts getan werden müssen?

Vielleicht entsteht Gelassenheit genau dort, wo ihr langsamer werdet.

Über Sichtbarkeit & Veränderung

Eltern zu werden heißt auch, sich selbst neu kennenzulernen.

Welche Seiten von dir sollen sichtbar bleiben – auch mit Kind?

Welche neuen Seiten von dir möchtest du als Mama oder Papa entdecken und was möchtest du von dir selbst auch in deiner neuen Rolle bewahren? Und was hilft euch, euch gegenseitig mit Neugier statt mit Gewohnheit zu sehen?

Über Zuhause & Atmosphäre

Wie möchtet ihr, dass sich euer Zuhause anfühlt, wenn euer Kind da ist?

Was braucht ihr, um euch geborgen zu fühlen – Ruhe, Ordnung, Nähe?

Vielleicht sind es gerade kleine Rituale, die euer neues Zuhause mit Wärme füllen.

Über Unterschiede & Vertrauen

Niemand erlebt Elternschaft gleich.

Wie könnt ihr unterschiedlich sein, ohne euch zu verlieren?

Was hilft euch, mit Humor auf eure Unterschiede zu schauen?

Und wie erinnert ihr euch daran, dass ihr ein gutes Team seid, auch an Tagen, die sich schwer anfühlen?

*Eure Gespräche dürfen hier weitergehen.
Vielleicht habt ihr bei einer der Fragen gemerkt:
Darüber haben wir tatsächlich noch nie gesprochen.
Genau darum geht es. Ihr müsst heute noch nicht wissen, wie euer
Familienleben einmal aussehen wird. Vieles wird sich erst zeigen,
wenn euer Baby da ist.
Aber ihr könnt euch schon heute damit beschäftigen, was euch
wichtig ist, was ihr mitbringt und wie ihr euer neues Wir gestalten
möchtet.*

*Bei Fragen melde dich gerne per Mail: hi@be-parents.de
Für mehr Impulse rund ums Elternwerden, folge mir auf Instagram:*

Alles Liebe

Rebecca



@_BE.PARENTS