



Arbeitsblatt:

*Meine Erwartungen
hinsichtlich des Haushalts
und der Kinderbetreuung*

Ihre Hebamme

Sie werden der Elternschaft mit einigen Erwartungen entgegentreten. Nicht jeder hat die gleichen Erwartungen. Deswegen ist es wichtig, sich der eigenen Erwartungen bewusst zu werden und sich darüber auszutauschen.

Bitte füllen Sie die unten stehende Tabelle für sich aus und notieren Sie ...

1. ... ob Sie denken, dass Sie die aufgeführte Aufgabe ausführen oder nicht.
2. ... die Prozentzahl, wie oft Sie denken, dass Sie die Aufgabe ausführen werden.

Zu erledigende Aufgabe	Werde ich diese Aufgabe erledigen? JA/NEIN	Falls ja, zu wie viel Prozent denken Sie, werden Sie die Aufgabe erledigen?
Windeln wechseln - nasse Windel - volle/schmutzige Windel		
Sterilisieren von Schnuller/ Flaschen etc.		
Waschen der Stoffwindeln		
Baby waschen		
Baby anziehen		
Baby betreuen, wenn es weint		
Baby halten/tragen		
nachts für das Baby aufstehen		
Kinderwagen schieben		
Kochen - Mo-Fr - Sa/So		
Kind zum Arzt/zur Elternberatung bringen		
Einkaufen - allgemein Essen - Babysachen		
Geschirr spülen/einräumen		
Aufräumen in der Wohnung/im Haus		
Staubsaugen		
Wäsche - waschen - bügeln - in den Schrank legen		
Badezimmer reinigen		
Küche reinigen		
Finanzen regeln (z. B. Einzahlungen machen)		
Bettwäsche wechseln		
Botengänge machen (z. B. etwas zur Post bringen)		
sich um Haustiere kümmern		
Geld verdienen/arbeiten außer Haus		
anderes		

Vergleichen Sie anschließend die Antworten mit Ihrem Partner. Wo haben Sie ähnliche Erwartungen und wo nicht? Was ist Ihnen besonders wichtig und wo wären Sie zu Kompromissen bereit?