

Der Papa-Kurs

Wir werden eine Familie - Papa weiss Bescheid!

Die Geburt eines Kindes verändert vieles. Der Übergang zur Vaterschaft ist eines der wichtigsten Lebensereignisse und bringt sehr viel Neues mit sich. Schon bevor das kleine Wesen das Licht der Welt erblickt, haben wir dutzende Vorstellungen, Gedanken und Absichten, wie es dann sein wird, wenn das Kind da ist. Kann ich meiner Vaterrolle gerecht werden? Was ist meine neue Verantwortung gegenüber meiner Familie? Ist es wirklich so, wie ich mir das vorgestellt habe? Und was ist mit meinen Bedürfnissen?



Wir laden die zukünftigen Papas im Kanton Aargau ein. In unserem mehrteiligen Workshop für werdende Väter möchten wir gemeinsam mit dir über tiefgreifende Fragen diskutieren und dir eine Plattform bieten, um dich mit anderen baldigen Papas auszutauschen.

Ziele und was dich erwartet

- **Dreitelliger Workshop (3x 1.5h) nur für Väter (durchgeführt von Vätern)**
- **Auseinandersetzung mit der neuen Rolle als Papa**
- **Wie gelingt der Start in die eigene Familie**
- **Mehr Sicherheit für dich, deine Partnerin und dein Kind**
- **Man(n) kann alle seine offenen Fragen stellen**

Programm

Kursabend 1: Von zwei zu drei (vor der Geburt)
Neue Rollenverteilung - Neue Verantwortung Was nehme ich mir vor? Was erwarten andere? Was macht dies mit der Beziehung?
Kursabend 2: Phantasieabgleich (1-2 Monate nach der Geburt)
Wie geht es mir in meiner neuen Rolle? Ist es so wie ich mir es vorgestellt habe? Was tue ich dafür?
Kursabend 3: Mittelpunkt Kind und ich (6 Monate nachher)
Das Leben organisiert sich neu - Das Kind im Zentrum Papa als Vater, Partner und Manager der Familie
Noch Lust auf einen Kursabend 4? (Wir können das auf Wunsch organisieren)

Kostenloses Angebot der Suchtprävention Aargau in Zusammenarbeit mit der Mütter- und Väterberatung Kanton Aargau im Auftrag des Kantons Aargau.



Suchtprävention Aargau

Rain 41, 5000 Aarau

062 832 40 90, info@suchtpraevention-aargau.ch

suchtpraevention-aargau.ch | eine dienstleistung der suchthilfe ags

