

Medienmitteilung | 02.05.2023

Neuer Kurs für werdende Eltern: FAMILYLIFE bietet einzigartige Vorbereitung auf den Alltag als Familie

Eltern werden ist wunderbar, aufregend und mit unzähligen Fragen verbunden. Damit werdende Eltern von Anfang an wissen, was sie erwartet, was sie unbedingt wissen müssen und was sie nicht verpassen dürfen, lanciert FAMILYLIFE ein neues Angebot für werdende Eltern und Eltern von Neugeborenen.

FAMILYLIFE, ein Arbeitszweig von Campus für Christus, der sich der Stärkung von Paaren, Familien und Geschiedenen verschrieben hat, bietet einen neuen Kurs für werdende Eltern und Eltern von Neugeborenen an. Der Kurs wurde von Alexandra Kämpf, der Verantwortlichen für Angebote für Eltern bei FAMILYLIFE, entwickelt und richtet sich an Paare, die sich auf ihre neue Rolle als Eltern vorbereiten möchten.

Im Gegensatz zu herkömmlichen Geburtsvorbereitungskursen, die sich hauptsächlich auf die körperliche Vorbereitung auf die Geburt konzentrieren, setzt dieser Kurs den Schwerpunkt auf die Vorbereitung auf den Alltag als Familie. Der Kurs ist so konzipiert, dass er den Teilnehmenden eine einzigartige Gelegenheit bietet, zu lernen und zu verstehen, was in der Anfangsphase mit neugeborenen Kindern wichtig ist und hilft.

Ein Kurs im eigenen Wohnzimmer

Der Elternvorbereitungskurs [Eltern werden](#) umfasst drei Abende und findet komplett online statt. Er vermittelt kurz und prägnant, praxisnah und mit Experteninterviews und vielen Stories von neuen und erfahrenen Eltern, was für das Baby, die frischgebackene Familie und die Eltern wirklich wichtig ist.

Der Kurs beantwortet unter anderem folgende Fragen:

- Die neugeborene Familie: Wie beeinflusst unsere Herkunftsfamilie und unsere eigene Kindheit uns als Eltern? Wie können wir unsere Gefühle von Glück bis Stress bewältigen?
- Das neugeborene Kind: Wie können wir als Familie interaktionale Synchronisation erzielen und zur emotionalen Entwicklung unseres Babys beitragen?
- Das Paar: Wie können wir unsere Intimität und Freundschaft erhalten oder wiederbeleben, um als Paar langfristig glücklich zu bleiben?

Eine gute Vorbereitung aufs Elternsein ist wichtig

Studien haben gezeigt, dass der Übergang vom Paar zum Elternsein eine grosse Herausforderung ist. Drei Jahre nach der Geburt des ersten Kindes bezeichnen sich 67% der Paare als unzufrieden mit ihrer Beziehung. "Das hat nicht nur Auswirkungen auf das Zusammenleben als Paar, sondern auch auf die emotionale Entwicklung und Gesundheit des Kindes. Wir sind deshalb der Meinung, dass es äusserst wichtig ist, sich auf die neue

Lebensphase als Familie vorzubereiten, ähnlich wie man sich auf eine Ehe vorbereiten kann", sagt Frau Kämpf. "Dieser Kurs bietet Eltern die Möglichkeit, sich auf den Alltag als Familie vorzubereiten und zu lernen, wie sie in dieser herausfordernden Zeit als Paar glücklich bleiben können."

Der Kurs kann bequem online besucht werden und steht allen Eltern zur Verfügung, die sich auf ihre neue Rolle als Eltern vorbereiten möchten. Weitere Informationen und Anmeldung sind auf der Webseite von FAMILYLIFE unter www.familylife.ch/eltern-werden zu finden.

Kontakt:

Alexandra Kämpf, Projektleiterin "Eltern werden", FAMILYLIFE

Campus für Christus, Josefstrasse 206, 8005 Zürich

Telefon: 044 274 84 65

E-Mail: alexandra.kaempf@cfc.ch