Zwei & Mehr

Warum Aktive Vaterschaft die beste Investition ist



Mag. Gregor Catulli BSc.

GREGOR CATULLI
CONSULTING

der
papa-faktor
UNTERNEHMENSBERATUNG

Papa und Kind



GREGOR CATULLI

Unternehmensberater
Trainer | Coach

hallo@gregorcatulli.com
www.gregorcatulli.com

“Die wichtigste Sache, die ein Vater für seine Kinder tun kann, ist, ihre Mutter zu lieben."

Theodore Hesburgh (1917 - 2015),
Präsident der University of Notre Dame



“Die wichtigste Sache, die ein Vater für seine Kinder tun kann, ist, [x] in sie zu investieren.”

Gregor Catulli [1983]
Papa-und-Kind.at



Hand heben (Reaktion) oder kurz in den Chat



Wer hat in den letzten 12 Monaten investiert (oder darüber nachgedacht)?

Warum

investieren wir Geld?



Warum investieren wir Geld?

Sicherheit

Wachstum

Freiheit

Zukunft

Wir geben heute etwas her, um morgen mehr zu haben:

Geld. Zeit. Kraft und Energie.

Was

macht eine gute Investition aus?



Antworten in den Chat

Was macht eine gute Investition aus?

Rendite

Return on Investment in der Zukunft

Zinseszins

Compounding: Wachstum auf Wachstum

Risiko

im Verhältnis zum Ertrag

Timing

Oder?

„Der beste Zeitpunkt zu investieren war gestern. Der zweitbeste ist heute.“

Time in the market beats timing the market






Investition.... in mich?

Return on Investment der Aktiven Vaterschaft





Aktive Vaterschaft?

Ein Wort in den Chat



Aktive Vaterschaft ist …

… die kontinuierliche, zeitlich und emotional präsente sowie gleichberechtigte Beteiligung von Vätern an Care- und Erziehungsarbeit (inkl. Mental Load), an Alltags- und Gesundheitsaufgaben, Haushaltsorganisation und Entscheidungen rund um Erwerbs- und Familienleben.

Nicht nur …
Ernährer
Taxifahrer
„hilft der Mama“

… sondern
Verantwortung
Präsenz
Beziehung und eigene Rolle

Vater sein im Alltag…





…Qualität vor Quantität

Was Papa täglich tun kann

Teil des Handouts „Der Papa-Sparplan“

Der Papa-Sparplan: Kleine Einzahlungen, jeden Tag

1. **15 bis 30 Minuten Exklusivzeit**
   Handy weg, das Kind bestimmt, was gespielt wird.

2. **Ein festes Ritual**
   Zubettgehen, Vorlesen, Blödeln etc.

3. **Echtes Interesse**
   Signale des Kindes aufgreifen und antworten („Serve and Return“).

4. **Präsent statt nebenbei**
   Lieber kurz und ganz da als lange und abgelenkt.

Was Papa wöchentlich tun kann

Teil des Handouts „Der Papa-Sparplan“

Der Papa-Sparplan: regelmäßig statt einmalig

1. **Fixer Papa-Slot**
   Ein halber Tag allein mit dem Kind, ohne Partnerin.

2. **Eine Aufgabe ganz übernehmen**
   Inklusive Planung, z. B. Arzttermine oder Kindergarten.

3. **Wochen-Check-in**
   15 Minuten mit der Partnerin: Was steht an, wer macht was?

4. **Gemeinsames Erlebnis**
   Je nach Alter: Baden, Toben, Ausflug oder ein Projekt.

Return on Investment der Aktiven Vaterschaft

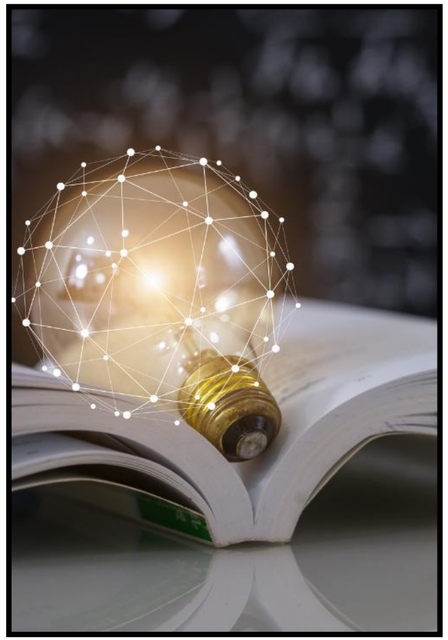




Return on Investment der Aktiven Vaterschaft



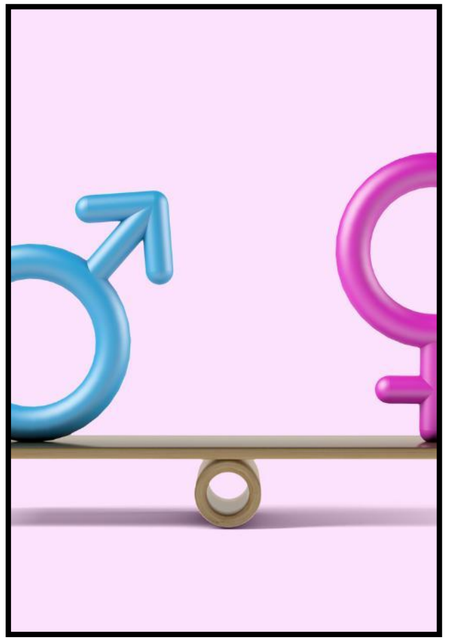
Relevant bleiben im Leben des Kindes



Höhere (Bildungs-)Ziele des Kindes



Selbstbewusstere & sozialere Kinder



Weniger Rollenklischees & eine Partnerschaft auf Augenhöhe

Wie gelingt Familie gemeinsam?

Partnerschaft auf Augenhöhe = Arbeit, die sich lohnt

Kommunikation

- Klare Ansagen, keine Andeutungen
- Wertschätzend
- Frühzeitig (“Gewaltfreie Kommunikation”)

Auszeiten

- Atemtechniken, wenn getriggert (4-7-8)
- Abklatschen, Raum verlassen

Aufgabenteilung

- Gemeinsamer Kalender
- Wochen-Essensplan
- Aufgaben regelmäßig besprechen

Verständnis

- Carearbeit
- Mental Load
- Schlafentzug!



Wie Partnerinnen unterstützen können

Aktive Vaterschaft braucht auch ein wenig Platz

1

Raum lassen

Papa macht es vielleicht anders, und das darf ok sein.

2

Als selbstverständlich sehen

Der Papa hilft nicht, er leistet seinen Teil (faire Verteilung ganz individuell finden)

3

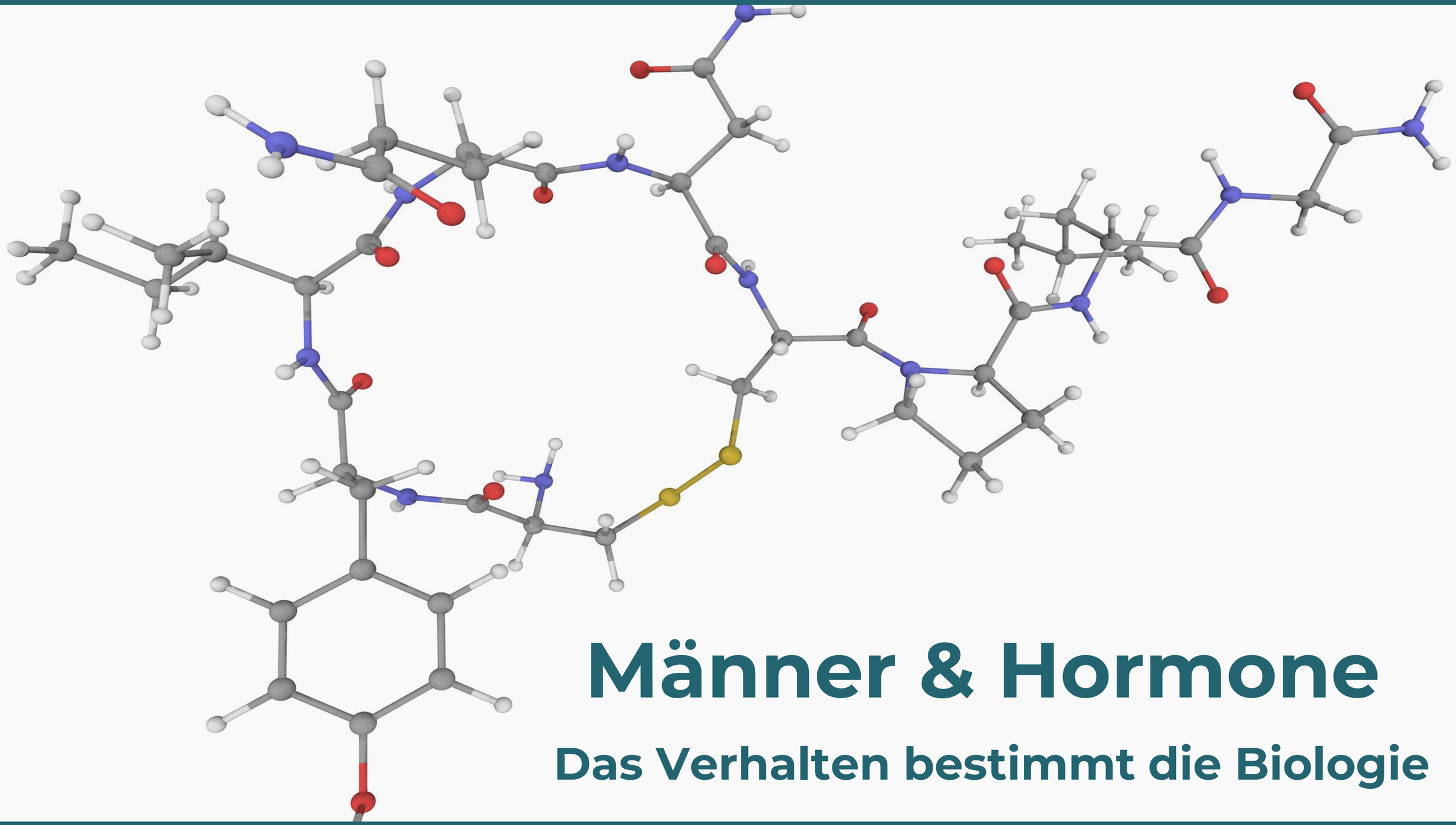
Verantwortung ganz abgeben

Auch die Planung, nicht nur das Ausführen (Mental Load Vorbeugung)

4

Wertschätzen

Was gut läuft, sehen und benennen.



Männer & Hormone

Das Verhalten bestimmt die Biologie



“Wie sehr sich ein Mann mit seiner Vaterrolle identifiziert, hängt davon ab, wie viel er in die Fürsorge seiner Kinder **investiert**."

Prof. Ruth Feldman, Neurobiologin

Für involvierte Väter und glückliche Kinder

Papa und Kind

www.papa-und-kind.at

Testosteron



Aber nur bei AKTIVER Vaterschaft!



Oxytozin

Eine empirische Bestandsaufnahme in Österreich zeigt, dass viele Väter heute ihre Rolle nicht mehr ausschließlich über Ernährung oder Autorität definieren, sondern ein

aktiver, mitverantwortlicher und präsenter Elternteil

sein wollen

Quelle: Baierl, A., Buchebner-Ferstl, S., & Dörfler-Bolt, S. (2023). Vatersein in Österreich. ÖIFForschungsbericht 48, Wien



Warum Aktive Vaterschaft die beste Investition ist



Aktive Vaterschaft wirkt auf 3 Ebenen

- Familie
- Gesellschaft
- Politik



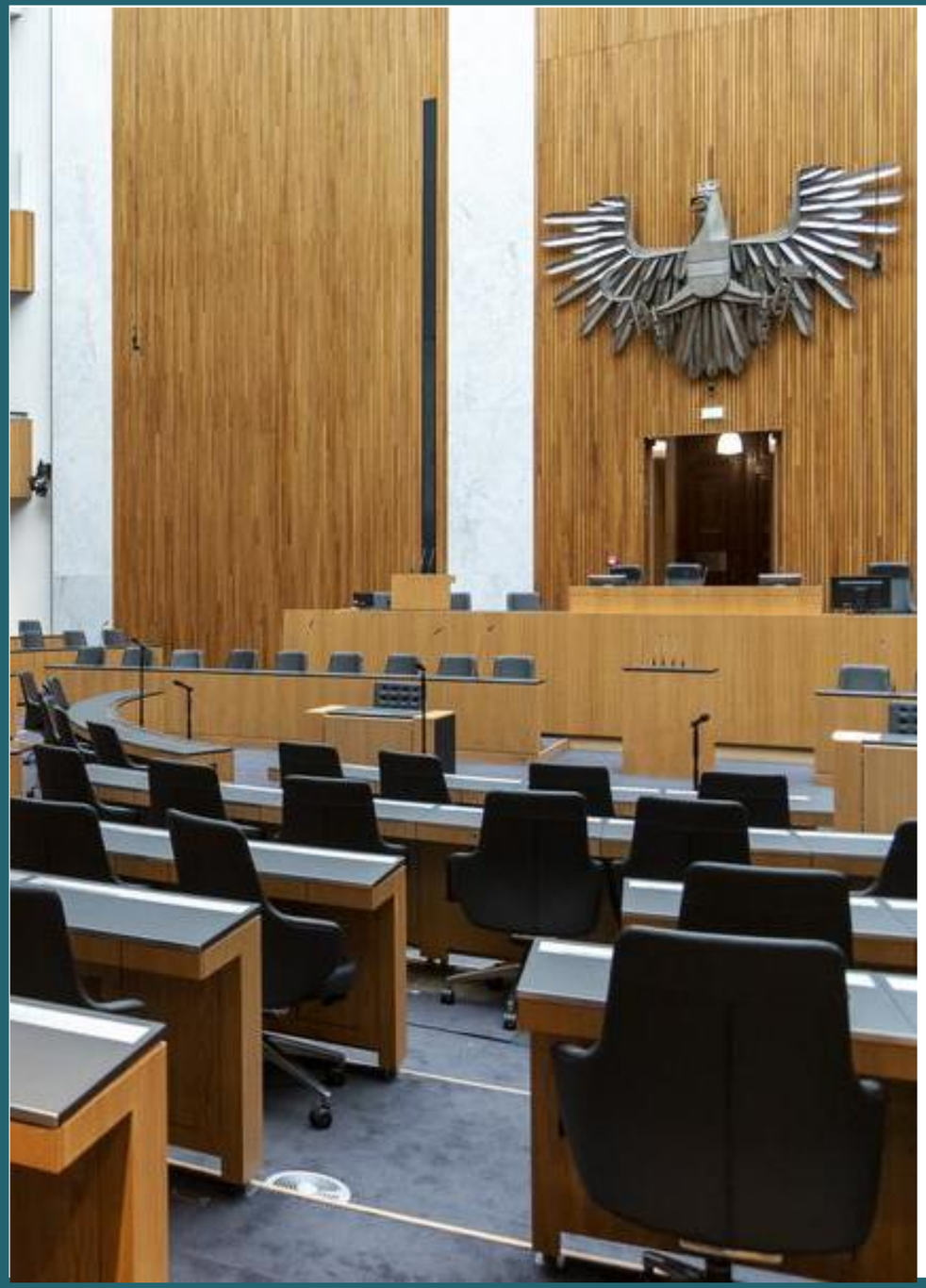
Familie

- Bonding mit dem Kind
- Lebenssinn
- Geteilte Elternschaft = höhere Beziehungszufriedenheit



Gesellschaft

- Aufbrechen von Stereotypen
- Empathischere Gesellschaft, weniger Kriminalität
- Unternehmen müssen nachziehen und Strukturen schaffen



Politik

- Förderung von Vereinbarkeitsmaßnahmen
- Keine Herdprämien sondern zukunftsgerichtete Maßnahmen
- Mehr Kinderbetreuung durch politische Veranlassung

Zusammenfassung

01



Investiere in dein Kind

Time in the market > Timing

Return-on-Investment

02



Aktive Vaterschaft

Kontinuierlich, zeitlich & emotional präsent

Qualität > Quantität

03



Die 3 Ebenen

Familie

Gesellschaft

Politik

Aktive Vaterschaft = die BESTE Investition?

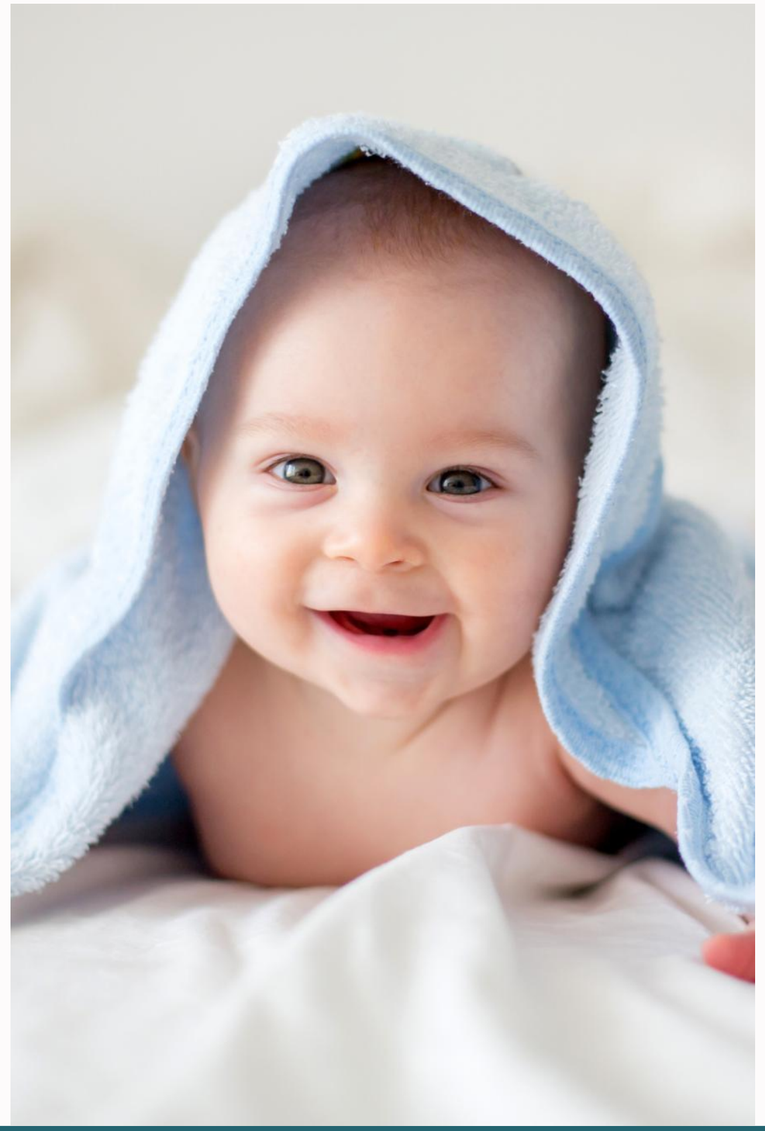






Aktive Vaterschaft = die BESTE Investition!

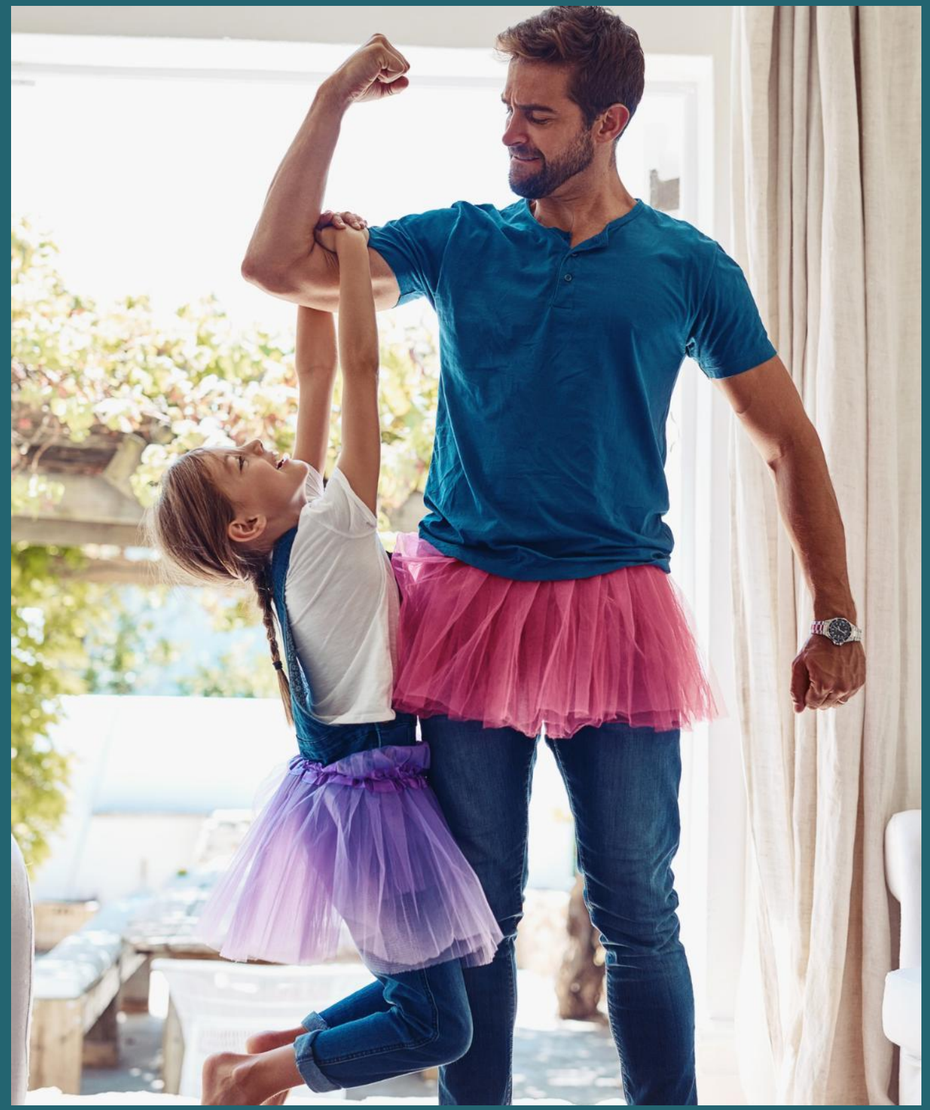






Kinder brauchen keine perfekten Väter.

Sie brauchen involvierte Väter.



1 Minute Feedback

Wie war das Webinar für dich?
Deine Rückmeldung hilft mir, es zukünftig noch besser zu machen.

Handy-Kamera auf den QR-Code richten



https://tally.so/r/dbW04V

Dein Handout

Der Papa-Sparplan zum Mitnehmen: alle Routinen und Tipps zum Nachlesen.

QR-Code scannen und herunterladen

https://papa-und-kind.at/sparplan/

Für involvierte Väter und glückliche Kinder

Papa und Kind

www.papa-und-kind.at

www.papa-und-kind.at



GREGOR CATULLI

TRAINER | COACH | UNTERNEHMENSBERATER

hallo@gregorcatulli.com

www.gregorcatulli.com

der papa-faktor

UNTERNEHMENSBERATUNG

www.derpapafaktor.com