

# BEZIEHUNGS WEISE



*Wo Liebe ist und Leben, da ist Dynamik und Bewegung,  
Zuwendung und Abwendung, Spannung und Reibung.*

*Gelingende Beziehungen leben vom persönlichen Gespräch,  
von der Neugier aufeinander und von der Bereitschaft,  
Entwicklung zuzulassen...*

Kommunikationstraining und  
Selbsterfahrungsseminare für  
Paare | ANGEBOTE 2016

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Diözese Fulda e.V. bietet in ihren Beratungsstellen in Fulda, Hanau, Kassel und Marburg Einzelnen und Paaren in den verschiedensten Lebenskrisen und Konfliktsituationen kompetente Beratung und Unterstützung an.

Über dieses Angebot hinaus hält sie für Paare, die Impulse für die Gestaltung, Vertiefung und Entwicklung ihrer Paarbeziehung suchen, ein jährlich wechselndes Kursangebot bereit, das in diesem Heft vorgestellt wird.

Für die Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Diözese Fulda e.V.

Dechant Harald Fischer  
1. Vorsitzender



## Kommunikationstraining für Paare

### EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm

In wissenschaftlichen Studien zeigt sich immer wieder deutlich, dass die Zufriedenheit der Paare mit ihrer Paarbeziehung wesentlich davon abhängt, wie die Partner miteinander kommunizieren können. Mangelhafte Kommunikations- und Problemlösefertigkeiten führen zu Missverständnissen, eskalierenden Streitsituationen und häufig auch zum Scheitern der Beziehung. EPL bietet Paaren die Möglichkeit, sich mögliche ungewollte Kommunikationsfehler im Gespräch miteinander bewusst zu machen und gemeinsam Regeln für eine gute, die Beziehung vertiefende Kommunikation einzuüben.

### EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm führt die Paare in sechs Bausteinen zu einer verbesserten Kommunikation:

**„Wir verstehen uns!“**

Bewusst machen, was Verständnis fördert.

**„Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!“**

Gefühle offen aussprechen.

**„Wir kommen einen Schritt weiter!“**

Meinungsverschiedenheiten lösen.

**„Das wünsche ich mir in unserer Beziehung!“**

Erwartungen aussprechen.

**„So stelle ich mir unsere erotische Beziehung vor!“**

Sich über Intimität und Sexualität austauschen.

**„Das trägt mich und uns!“**

Über Wertvorstellungen und Glauben reden.

Die Paare üben zunächst Fertigkeiten ein, die sich förderlich auf den Gesprächsverlauf auswirken. Anschließend sprechen sie je für sich über wichtige Themen ihrer Partnerschaft. Speziell ausgebildete Trainerinnen und Trainer unterstützen sie dabei.

### Sie können lernen:

- sich so auszudrücken, dass das Gemeinte richtig ankommt
  - so zuzuhören, dass Mann/Frau versteht, was der/die andere meint.
- Meinungsverschiedenheiten und Probleme können dadurch fairer ausgetragen werden, neue Erfahrungen im Gespräch werden möglich. Entwickelt und evaluiert wurde das EPL-Training vom „Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie, München“. Wissenschaftliche Begleitstudien zeigen, dass Paare auch noch Jahre nach dem Kurs von der Teilnahme profitieren.

**Teilnehmerzahl:** Pro Kurs 4 Paare

### Kurs 1:

Freitag, 11.03.2016, 17:00 Uhr – 22:00 Uhr  
Samstag, 12.03.2016, 09:00 Uhr – 18:00 Uhr  
Sonntag, 13.03. 2016, 09:00 Uhr – 12:30 Uhr

### Kurs 2:

Freitag, 11.11.2016, 17:00 Uhr – 22:00 Uhr  
Samstag, 12.11. 2016, 09:00 Uhr – 18:00 Uhr  
Sonntag, 13.11. 2016, 09:00 Uhr – 12:30 Uhr

### Leitung:

**Anette Leibold, Dipl.Theologin;**

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin; Psychotherapeutin (HPG);  
Psychodramaleiterin; Kommunikationstrainerin (EPL/KEK)

**Otmar Leibold, Dipl.Theologe;**

Schulseelsorger; Bibliodramaleiter; Leiter analytische Gruppen-  
psychotherapie (G3G); Kommunikationstrainer (EPL/KEK)

**Weitere Informationen** Anette und Otmar Leibold: o.leibold@gmx.de

### Ort:

PraxisHaus Bad Wilhelmshöhe, Lange Str. 99, 34131 Kassel

### Teilnehmerbeitrag:

270,00 Euro pro Paar incl. Pausenimbiss, evtl. notwendige Übernachtungen organisieren die Teilnehmer selbst.

### Kurs 3:

Freitag, 9.09.2016 -Sonntag, 11.09.2016

### Leitung:

**Kathrin Drescher-Mattern, Dipl. Sozialpädagogin;**

Lösungsorientierte Beraterin (IN VIA Akademie), Kommunikations-  
trainerin (EPL/KEK)

**Marcus Drescher, Dipl. Sozialpädagoge;**

Ehe-, Familien-, Lebensberater; Mediator, Kommunikationstrainerin  
(EPL/KEK)

### Ort:

Bonifatiuskloster Hünfeld

### Teilnehmerbeitrag:

350,00 Euro pro Paar incl. Übernachtung und Verpflegung

**Anmeldung:** EFL - Geschäftsstelle Fulda (siehe hinten)



## In Beziehung bleiben

### Selbsterfahrungsseminar für Paare vom 23.10. – 29.10.2016 im Herrenhaus Büttelkow an der Ostsee

Das Seminar bietet interessierten Paaren die Möglichkeit, sich eine Woche gemeinsam mit anderen Paaren zurückzuziehen, um der eigenen Paarbeziehung Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken.

Durch angeleitete Paarübungen, kreatives Tun und strukturierte Gespräche als Paar und in der Gruppe sind die Paare eingeladen, sich in neuer Weise aufeinander einzulassen und Erfahrungen miteinander und in der Gruppe auszutauschen. Dabei können die eigenen Paarthemen und -konflikte, offene und verdeckte Wünsche aneinander sowie anstehende Entwicklungsschritte bewusster werden.

Dies alles außerhalb der vielfältigen Verpflichtungen des familiären und beruflichen Alltags, in einer wohlwollenden und verwöhnenden Atmosphäre, die auch zum gemeinsamen Genießen einlädt.

Das Seminar richtet sich an Paare, die neugierig aufeinander (geblieben) sind, die ihre Paarbeziehung bewusst gestalten und vertiefen wollen und Lust haben, sich den Stärken und Schwächen, den Kraft- und Konfliktthemen und den spirituellen Wurzeln ihrer Partnerschaft zuzuwenden. Dabei kann das Erleben der anderen Paare in der Gruppe die Wahrnehmung der eigenen Themen und Besonderheiten unterstützen.

#### Arbeitsweise:

Paar- und Gruppenübungen; Impulse zu Einzel- und Paararbeit sowie Anregungen zu einer verbesserten Kommunikation. Pro Tag sind jeweils 2 Arbeitseinheiten von ca. 3 Stunden vorgesehen.

#### Methodische Grundlage:

Elemente aus der psychodramatischen und psychoanalytischen Gruppenarbeit sowie andere kreative Methoden.

#### Voraussetzung für die Teilnahme:

Bereitschaft, sich persönlich einzulassen auf sich selbst, den Partner und die Gruppe. Ein persönliches Vorgespräch mit den Seminarleitern; Verschwiegenheit.

#### Termin:

Sonntag, 23. Oktober, 16:30 Uhr bis Samstag, 29. Oktober 2016

#### Ort:

Das Seminar findet statt im Herrenhaus Büttelkow, ein Seminarhaus mit Flair in der Nähe der Ostsee zwischen Rerik und Kühlungsborn. Mit seiner abgelegenen, küstennahen, ländlichen und sehr ruhigen Lage bietet es gute Voraussetzungen für diese Tage: Wenig äußere Ablenkung, dafür viele Möglichkeiten, die freie Zeit in der Natur bei kleinen oder ausgedehnteren Wanderungen zu Fuß oder mit dem Fahrrad (Entfernung zum Ostseestrand: 7km) zu verbringen.

#### Unterbringung:

Jedes Paar bewohnt eine eigene Ferienwohnung, so dass auch Raum zu Rückzug und Zweisamkeit zur Verfügung steht.

#### Kosten: €

790,00 Euro p.P. und Woche incl. Vollpension und Kursgebühr

#### Teilnehmerzahl:

4-5 Paare

#### Leitung:

##### Anette Leibold, Dipl.Theologin;

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin; Psychotherapeutin (HPG); Psychodrama-leiterin; Kommunikationstrainerin (EPL/KEK)

##### Otmar Leibold, Dipl.Theologe;

Schulseelsorger; Bibliodramaleiter; Leiter analytische Gruppenpsychotherapie (G3G); Kommunikationstrainer (EPL/KEK)

#### Weitere Informationen

Anette und Otmar Leibold: o.leibold@gmx.de  
Telefon: 0561.522393

#### Anmeldung bis spätestens:

Montag, 16. Mai 2016 an EFL-Geschäftsstelle Fulda (siehe hinten)



Der Verein „Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Diözese Fulda e.V.“ ist Träger folgender Beratungsstellen:

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Fulda**

Sturmiusstraße 10  
36037 Fulda

**Telefon:** 0661.77833

**Email:** beratungsstelle-fulda@efl.bistum-fulda.de

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hanau**

Im Bangert 4  
63450 Hanau

**Telefon:** 06181.21749

**Email:** efl-hanau@fbs-hanau.de

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Kassel**

Die Freiheit 2  
34117 Kassel

**Telefon:** 0561.7004 144

**Email:** efl-beratung.kassel@bistum-fulda.de

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Marburg**

Deutschhausstraße. 31  
35037 Marburg/L.

**Telefon:** 06421.64373

**Email:** info@efl-marburg.de

**ANMELDUNG**

**ANMELDUNG**

**Ihre Anmeldung zu den Seminarangeboten richten Sie bitte an:**

**Barbara Straub**

**Geschäftsstelle der Ehe-, Familien- und Lebensberatung  
in der Diözese Fulda e. V.**

Paulustor 5  
36037 Fulda

**Telefon:** 0661.25061830

**Email:** Barbara.Straub@bistum-fulda.de

**Bankverbindung:**

Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Fulda e. V.  
Kto.-Nr. 415 389 19  
BLZ 530 501 80

Ermäßigungen auf die angegebenen Kursgebühren können bei Bedarf bei der Kursleitung angefragt werden.