

# 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 2024

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

Über dieses Angebot hinaus hält sie in Zusammenarbeit mit den katholischen Familienbildungsstätten im Bistum Fulda, für Paare, die Impulse für die Gestaltung, Vertiefung und Entwicklung ihrer Partnerschaft suchen, ein jährlich wechselndes Kursangebot bereit, das in diesem Heft vorgestellt wird.

Für die Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Diözese Fulda e.V.  
Pfarrer Harald Fischer, 1. Vorsitzender

Für die katholischen Familienbildungsstätten in der Diözese Fulda  
Erwin Schick, Referent für katholische Familienbildung

## Die Kunst als Paar zu leben

### Selbsterfahrungskurs für Paare am 1.–2. März 2024

Als Paar miteinander in einer liebevollen, lebendigen, entwicklungs- und konfliktfähigen Partnerschaft zu leben ist eine Kunst. Sie bedarf der Schaffung von Freiräumen, um hilfreiche Haltungen und Fertigkeiten einzuüben und zu vertiefen.

Das Seminar richtet sich an (Ehe-) Paare, die in ihrer Beziehung neu- gierig aufeinander (geblieben) sind und sich Zeit nehmen möchten, sich selbst, den Partner und die Beziehung zueinander in einer Gruppe mit anderen Paaren neu in den Blick zu nehmen, neue Erfahrungen miteinander zu machen und neue Anstöße zu suchen.

Wir arbeiten als Selbsterfahrungsgruppe u.a. mit psychodramatischen Elementen und Partnerübungen.

**Teilnehmerzahl:** maximal 4 Paare

#### Termin:

Freitag, 1. März 2024, 17:00 – 22:00 Uhr

Samstag, 2. März 2024, 09:00 – 18:00 Uhr

#### Ort:

EFL-Beratungsstelle Kassel, Die Freiheit 2, 34117 Kassel

#### Leitung:

Anette Leibold, Otmar Leibold

Informationen zur Kursleitung finden Sie auf Seite 5

#### Nähere Informationen und Anmeldung

Anette u. Otmar Leibold: a.leibold@gmx.com

Telefon 0561.522393

#### Teilnehmerbeitrag:

290,00 Euro/Paar incl. Pausenimbiss

**Anmeldung** bis 31.01.2024

## UNSERE KURSLEITER\_INNEN

### Kathrin Drescher-Mattern, Dipl. Sozialpädagogin

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

### Marcus Drescher, Dipl. Sozialpädagoge

Ehe-, Familien- und Lebensberater, Mediator, Kommunikations- trainer (EPL/KEK)

### Thomas Kaufmann, Dipl. Sozialpädagoge

Ehe-, Familien- und Lebensberater, Supervisor, Systemischer Familientherapeut, Kommunikationstrainer (EPL)

### 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)

### Stefanie Schiffhauer, Dipl. Oecotrophologin

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Lehrerin, Kommunikations- trainerin (EPL)



## 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.

Es werden insgesamt 5 EPL-Kurse angeboten. Diese finden jeweils kompakt an einem Wochenende statt. Einer der Wochenend-Kurse bietet die Möglichkeit, am Seminarort zu übernachten.

Die weiteren Informationen dazu und zur Anmeldung finden Sie auf den folgenden Seiten.



## KOMMUNIKATIONSTRAINING FÜR PAARE

**Kurs 1 – Fulda**

Freitag 2.02.24, 17.30 Uhr – Sonntag 4.02.24, 13 Uhr

**Leitung:** Stefanie Schiffhauer und Thomas Kaufmann**Ort:** Katholische Familienbildungsstätte Fulda  
Neuenberger Str 3-5, 36041 Fulda**Teilnehmerbeitrag:**325 Euro pro Paar, incl. Mittagessen und Abendessen,  
ohne Übernachtung**Anmeldung und Information:** siehe unten**Kurs 2 – Kassel**

Freitag, 8.03.2024, 17 Uhr – Sonntag, 10.03.2024, 13 Uhr

**Leitung:** Kathrin Drescher-Mattern und Marcus Drescher**Ort:** Beratungsstelle der Ehe-, Familien- und Lebensberatung Kassel  
Die Freiheit 2, 34117 Kassel**Teilnehmerbeitrag:**

250 Euro pro Paar, incl. Verpflegung, ohne Übernachtung

**Anmeldung und Information:**

Kath. Familienbildungsstätte Kassel, Die Freiheit 2, 34117 Kassel

**Telefon** 0561/7004-111 **E-mail** info@fbs-kassel.de**Kurs 3 – Fulda**

Freitag, 28.06.2024, 17.30 Uhr – Sonntag, 30.06.2024, 13 Uhr

**Leitung:** Stefanie Schiffhauer und Thomas Kaufmann**Ort:** Katholische Familienbildungsstätte Fulda  
Neuenberger Str 3-5, 36041 Fulda**Teilnehmerbeitrag:**325 Euro pro Paar, incl. Mittagessen und Abendessen,  
ohne Übernachtung**Anmeldung und Information:** siehe unten**Kurs 4 – Hünfeld**

Freitag, 20.09.2024, 17.00 Uhr – Sonntag, 22.09.2024, 13 Uhr

**Leitung:** Kathrin Drescher-Mattern und Marcus Drescher**Ort:** Bonifatiuskloster Hünfeld, Klosterstr. 5, 36088 Hünfeld**Teilnehmerbeitrag:**

450 Euro pro Paar, incl. Übernachtung und Verpflegung

**Anmeldung und Information:** siehe unten**Kurs 5 – Fulda**

Freitag, 22.11.2024, 17.30 Uhr – Sonntag, 24.11.2024, 13 Uhr

**Leitung:** Stefanie Schiffhauer und Thomas Kaufmann**Ort:** Katholische Familienbildungsstätte Fulda  
Neuenberger Str 3-5, 36041 Fulda**Teilnehmerbeitrag:**325 Euro pro Paar, incl. Mittagessen und Abendessen,  
ohne Übernachtung**Anmeldung und Information:** siehe unten

## ALLGEMEINE INFORMATION ZU DEN KURSEN:

**Teilnehmerzahl:** Pro Kurs 4 Paare**Kursleitung:** Informationen zur Kursleitung finden Sie auf Seite 3

## ANMELDUNG UND INFORMATION KURS 1,3,4,5:

Katholische Familienbildungsstätte Fulda, **Telefon** 0661.928430  
**E-mail** info@fbs-fulda.de 87680

## Unsere Beratungsstellen

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

---

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hanau**  
Langstr. 13/Ecke Hirschstr.  
63450 Hanau

**Telefon:** 06181.21749  
**Email:** efl-hanau@bistum-fulda.de

---

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Kassel**  
Die Freiheit 2  
34117 Kassel

**Telefon:** 0561.7004 144  
**Email:** efl-kassel@bistum-fulda.de

---

**Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Marburg**  
Deutschhausstraße. 31  
35037 Marburg/L.

**Telefon:** 06421.64373  
**Email:** efl-marburg@bistum-fulda.de

**[www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de](http://www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de)**