

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 2019

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 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



In Beziehung bleiben

**Selbsterfahrungsseminar für Paare vom 29.09. - 05.10. 2019
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, 29. September, 16:30 Uhr bis Samstag, 05. Oktober 2019

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 entweder ein geräumiges Doppelzimmer mit eigenem Bad oder eine Ferienwohnung, so dass auch Raum für Rückzug und Zweisamkeit zur Verfügung steht.

Kosten: €

830,00 Euro p.P. und Woche incl. Vollpension und Kursgebühr bei Unterbringung im Doppelzimmer.

890,00 Euro p.P. und Woche incl. Vollpension und Kursgebühr bei Unterbringung in einer Ferienwohnung.

Teilnehmerzahl:

4 Paare

Leitung:

Anette Leibold, Dipl.Theologin

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin; Psychotherapeutin (HPG); Psychodramaleiterin; 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:

EFL - Geschäftsstelle Fulda (siehe Seite 7)

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.

Kurs 1 – Kassel

Freitag, 01.02.2019, 17:00 - Sonntag, 03.02.2019, 13:00 Uhr

Leitung: Anette Leibold und Otmar Leibold

Ort: Praxis Merkel-Koop, Motzstraße 1, 34117 Kassel

Teilnehmerbeitrag:

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

Kurs 2 – Hünfeld

Freitag, 27.09.2019, 17.00 Uhr – Sonntag, 29.09.2019, 13.00 Uhr

Leitung: Kathrin Drescher-Mattern und Marcus Drescher

Ort: Bonifatiuskloster Hünfeld, Klosterstraße 5, 36088 Hünfeld

Teilnehmerbeitrag:

350,00 Euro pro Paar incl. Übernachtung und Verpflegung

Kurs 3 – Fulda

Freitag, 01.02.19, 17 Uhr – Sonntag, 03.02.19, 13 Uhr

Leitung: Stefanie Schiffhauer und Thomas Kaufmann

Ort: Katholische Familienbildungsstätte Fulda

Neuenberger Str. 3-5, 36041 Fulda

Telefon 0661/928430; **Email** info@fbs-fulda.de

Kursgebühr:

225 Euro pro Paar, incl. Mittagessen und Abendessen (ohne Übernachtung)

Teilnehmerzahl: Pro Kurs 4 Paare

Die Kursleitung: Informationen zu unseren EPL-Trainerinnen und Trainern finden Sie auf Seite 7

Anmeldung: EFL-Geschäftsstelle Fulda (siehe Seite 7)

Die Kunst als Paar zu leben

Selbsterfahrungskurs für Paare am 6.-7. September 2019

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 neugierig 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 5 Paare

Termin:

Freitag 6. September 2019, 17.00 – 22.00 Uhr

Samstag, 7. September 2019, 09.00 – 18.00 Uhr

Ort:

Alfred-Delp-Haus, Kölnische Straße 55, 34117 Kassel

Leitung:

Anette Leibold, Dipl.Theologin

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

Otmar Leibold, Dipl.Theologe

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

Teilnehmerbeitrag: 290,00 Euro/Paar incl. Pausenimbiss

Anmeldung bis Juli 2019, EFL-Geschäftsstelle Fulda

Anette Leibold, Dipl.Theologin

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

Otmar Leibold, Dipl.Theologe

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

Kathrin Drescher-Mattern, Dipl. Sozialpädagogin

Lösungsorientierte Beraterin (IN VIA Akademie), Kommunikationstrainerin (EPL)

Marcus Drescher; Dipl. Sozialpädagoge

Ehe-, Familien- und Lebensberater, Mediator, Kommunikationstrainer (EPL)

Stefanie Schiffhauer, Dipl. Oecotrophologin

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Lehrerin, Kommunikationstrainerin (EPL)

Thomas Kaufmann, Dipl. Sozialpädagoge

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

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: 0661.250 618 30

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.

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: 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