

## Erinnern Sie sich noch an Ihren EPL-, KEK-, APL- oder KOMKOM- Kurs?

An die Sprecher- und Zuhörerfertigkeiten?

An die intensiven Gespräche miteinander?

Wir bieten Ihnen die Gelegenheit, an Ihren guten  
Erfahrungen anzuknüpfen mit Paargesprächen und  
professioneller Begleitung durch unsere  
Kommunikationstrainer:

1. Vier Einzelabende für Paargespräche  
mit individuellen Themen
2. Acht thematische Aufbaukurse

### 1. Begleitete APL-Paargespräche

„Was ich dir erzählen möchte ...“

Inhalt: - Gesprächsfertigkeiten auffrischen  
- Paargespräche mit individuellen  
Themen aus der eigenen Partnerschaft  
- mit Begleitung durch erfahrene  
Kommunikationstrainer  
- und Tipps für den Beziehungsalltag

Termine: Do, 18. Januar 2018  
Mi, 18. April 2018  
Mi, 18. Juli 2018  
Do, 18. Oktober 2018  
(können jeweils einzeln besucht werden)

Zeit: 18.00 – 20.30 Uhr

Ort: Rückertstraße 9, 80333 München,  
Nähe Hbf

Kosten: € 20 pro Paar und Termin

Anmeldung bis 7 Tage vor dem Termin

### Information und Anmeldung:

Erzbischöfliches Ordinariat München

Fachbereich Partnerschaft-  
Ehe-Familie-Alleinerziehende  
Kommunikationskurse für Paare

Postfach 33 03 60  
80063 München

Tel. 089 / 21 37 - 31 10

Fax: 089 / 21 37 - 17 83

Email: [ehebegleitung@eomuc.de](mailto:ehebegleitung@eomuc.de)

Internet: [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)



### Konditionen:

- **Kursanmeldung bis 5 Wochen** vor Kursbeginn  
bei Übernachtungskursen, sonst **2 Wochen**.
- Bei **Kurs-Ab/Ummeldung** müssen wir eine  
Verwaltungsgebühr von € 25 erheben.
- Bei **Kursabsage** innerhalb von 4 Wochen vor  
Kursbeginn beträgt die Ausfallgebühr die volle  
Kursgebühr, falls keine Ersatzbelegung gefunden  
werden kann.

### \* Hinweis zu den Kurskosten:

Bei Kursen auf Frauenchiemsee (Nr.2,4,6,7)  
bzw. in Benediktbeuern (Nr.8) beinhaltet Ihre  
Anmeldung auch die Buchung von **Unterkunft +  
Vollpension (U/V)**. Die Kosten von € 320 pro  
Paar (Chiemsee) bzw. € 210 pro Familie  
(Benediktbeuern) rechnet das Haus eigens mit  
Ihnen ab. Die **Kinderbetreuungspauschale (für  
Kinder ab 3 Jahren)** bei Kurs Nr. 8 beträgt € 50  
pro Familie.

### Konzeption:

Die APL-Aufbaukurse wurden entwickelt von:

- Institut für Forschung und Ausbildung  
in Kommunikationstherapie,  
Rückertstraße 9, 80336 München
- in Zusammenarbeit mit dem  
Fachbereich Partnerschaft-  
Ehe-Familie-Alleinerziehende des  
Erzbischöflichen Ordinariates München

## Kommunikation auffrischen und intensive Paargespräche führen

# APL

Abendgespräche und Aufbaukurse  
für die **Partnerschaftlichen Lernprogramme**  
**EPL, KEK und KOMKOM**

„Konstruktive  
Konfliktbewältigung“

„Stressbewältigung (SPL)“

„Work-Life-Balance“

„Lebenswenden“

„Familienklima“

**NEU: „Gesprächsabende“**

# 2018

## 2. Thematische APL-Aufbaukurse

APL-Aufbaukurs	Nr.	Datum	Zeiten	Ort	ReferentInnen	Kursgebühr
<b>APL-„Konstruktive Konfliktbewältigung“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Austausch pflegen über das, was verbindet</li> <li>• Miteinander Lösungen für Konflikte suchen</li> <li>• „Notfallvereinbarungen“ treffen für den Fall, dass ein Gespräch vorübergehend nicht möglich ist</li> </ul>	1	<b>16. Juni</b>	Sa, 9.30 – 17.30	<b>München – Zentrum</b> Rückertstraße 9	Heike Kolzenburg Ulrich Kolzenburg	<b>€ 65</b>
<b>APL-„Stressbewältigung (SPL)“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfreiches zum Thema Stress erfahren</li> <li>• Stress-Muster reflektieren und besprechen</li> <li>• Entspannungsübungen ausprobieren</li> </ul>	2	<b>4. - 6. Mai</b>	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Übernachtung)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Elisabeth Hausa Claudia Thomas	<b>€ 120</b> <b>+ U/V *</b>
	3	<b>5. - 7. Okt.</b>	Fr, 18.30 – 21.30 Sa, 9.30 – 17.30 So, 9.30 – 12.30	<b>München – Zentrum</b> Rückertstraße 9	Renate Liebl Irmgard v. Ertzdorff	<b>€ 120</b>
<b>APL-„Work-Life-Balance“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Lebenswelten in den Blick nehmen (Partnerschaft, Familie, Beruf, ...)</li> <li>• Die Balance der eigenen Lebenswelten suchen</li> <li>• als Paar Veränderungen anbahnen, um die Lebensbereiche besser zu vereinbaren</li> </ul>	4	<b>23. - 25. Feb.</b>	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Übernachtung)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Ulrike Engelmann Karin Wilhelm Sigrid Austen	<b>€ 120</b> <b>+ U/V *</b>
	5	<b>20. - 22. April</b>	Fr, 18.30 – 21.30 Sa, 9.30 – 17.30 So, 9.30 – 12.30	<b>München – Zentrum</b> Rückertstraße 9	Karin Wilhelm Margarete Greber-Schm. Gisela Eckbauer	<b>€ 120</b>
<b>APL-„Lebenswenden“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Veränderungen im eigenen Leben betrachten (Arbeitsplatz, Ruhestand, Wohnort, Familienkonstellation, Gesundheit oder Tod, ...)</li> <li>• Loslassen und Neubeginn in den Blick nehmen und sich darüber austauschen</li> <li>• Notwendige Lösungswege partnerschaftlich finden und Absprachen gemeinsam treffen</li> </ul>	6	<b>29. 6. - 1. Juli</b>	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Übernachtung)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Irmgard v. Ertzdorff Hubert Gallenberger	<b>€ 120</b> <b>+ U/V *</b>
	7	<b>19. - 21. Okt.</b>	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Übernachtung)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Margarete Greber-Schm. Ulrike Engelmann	<b>€ 120</b> <b>+ U/V *</b>
<b>APL-„Familienklima“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Erziehungsziele bewusstmachen</li> <li>• Als Eltern ein Team bilden</li> <li>• Wertschätzung der eigenen Familie ergründen</li> </ul>	8	<b>24. + 25. Nov.</b>	Sa, 10.00 bis So, 17.00 (mit Übernachtung und Kinderbetreuung ab 3 Jahren.)	<b>Benediktbeuern</b> Aktionszentrum Don-Bosco-Straße 1	Robert Benkert Ulrike Schollweck	<b>€ 120</b> <b>+ U/V *</b> <b>+ Ki.betr.*</b>