

## 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  
Kurs-Erfahrungen online zuhause anzuknüpfen mit  
Paargesprächen und professioneller Begleitung durch  
unsere Kommunikationstrainer:

1. Fünf Einzelabende für Paargespräche  
mit individuellen Themen
2. Neun thematische Aufbaukurse

## ONLINE begleitete 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: Mo, 23. Januar 2023,  
Do, 23. März 2023  
Di, 23. Mai 2023  
Mo, 23. Oktober 2023  
Do, 23. November 2023

(bitte jeweils einzeln buchen)

Zeit: 18.00 – 20.30 Uhr  
ONLINE-Zuhause  
(mit Zoom-Video-Konferenz)

Kosten: € 20 pro Paar und Termin

Anmeldung bis 5 Tage vorher

## Information und Anmeldung:

Erzbischöfliches Ordinariat München  
Fachbereich  
Ehevorbereitung und -begleitung  
Kommunikationskurse für Paare  
Postfach 33 03 60  
80063 München

Tel. 089 2137-1549  
Fax: 089 2137-271781  
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.
  - Bitte beachten Sie die allg. Teilnahmebedingungen und  
Datenschutzhinweise unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info).
- \* **Hinweis zu den Kurskosten:**  
Bei Kursen auf Frauenchiemsee beinhaltet Ihre  
Anmeldung auch die Buchung von **Unterkunft +  
Vollpension (U/V)**. Die Kosten von €412 pro  
Paar (Chiemsee), rechnet das Haus eigens mit  
Ihnen ab.

## Konzeption:

Die APL-Aufbaukurse wurden entwickelt von:

- Institut für Forschung und Ausbildung in  
Kommunikationstherapie, Rückertstraße 9, 80336 München
- in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich „Ehevorbereitung  
und -begleitung“ 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“

„Gesprächsabende“

# 2023

## 2. Thematische APL-Aufbaukurse 2023

Schwerpunkt-Thema	Nr.	Datum	Zeiten	Ort	TrainerInnen-Teams	Kursgebühr pro Paar
<b>APL-„Konstruktive Konfliktbewältigung“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Miteinander Lösungen für Konflikte suchen</li> <li>„Notfallvereinbarungen“ treffen für den Fall, dass ein Gespräch vorübergehend nicht möglich ist</li> </ul>	1	4. Febr.	Sa, 9.30 – 17.30	<b>München - Zentrum</b> Rückertstraße 9	Gisela Eckbauer Jorge Cuellar	€ 65
<b>APL-„Stressbewältigung (SPL)“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hilfreiches zum Thema Stress erfahren</li> <li>Eigene Stress-Muster reflektieren und besprechen</li> <li>Entspannungsübungen ausprobieren</li> </ul>	2	21.-23. Juli	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Gisela Eckbauer Jorge Cuellar	€ 120 + U/V *
	3	13.-15. Okt.	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Sigrid Austen Ulrich Kolzenburg	€ 120 + U/V *
<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	17.-19. März	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Margarete Greber-Sch. Ulrike Engelmann	€ 120 + U/V *
	5	23.-25. Juni	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Gisela Eckbauer Margarete Greber-Sch.	€ 120 + U/V *
<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</li> <li>Notwendige Absprachen gemeinsam treffen</li> </ul>	6	23.-25. Juni	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Alexandra Schreiner-H. Irmgard v. Ertzdorff	€ 120 + U/V *
	7	13.-15. Okt.	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Karin Wilhelm Ulrike Engelmann	€ 120 + U/V *
<b>APL-„Familienklima“</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Eigene Werte in der Erziehung bewusst machen</li> <li>Als Eltern gut zusammen wirken</li> <li>Konstruktiv mit dem Kind sprechen lernen</li> <li>Die eigene Familienkultur wertschätzen</li> </ul>	8	17.-19. März	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Ulrike Schollweck Theresia v. Brühl	€ 120 + U/V *
	9	21.-23. Juli	Fr, 18.00 bis So, 14.00 (mit Vollpension)	<b>Frauenchiemsee</b> Fraueninsel Abtei Frauenwörth	Alexandra Schreiner-H. Theresia v. Brühl	€ 120 + U/V *