

# RESILIENZ FÜR PAARE

## IN 3 SCHRITTEN ZU MEHR GELASSENHEIT



10. + 17. April &  
15. Mai 2024



**Qualifizierung für Mitarbeitende in der  
Bildungsarbeit sowie in der Paar- bzw.  
Beziehungspastoral**



„Neben all dem Schönen in unserer Beziehung gibt es in jedem Streit, in jeder scheinbaren Ablehnung und jedem „Nein“ die alten Muster und Verletzungen aus unseren Kindertagen ... Warum sagt einem niemand, dass wir in unserer partnerschaftlichen Beziehung mit den Prägungen aus unserer Vergangenheit immer wieder in Berührung kommen?“, wundern sich viele Paare.

In diesem Seminar erfahren und erleben Sie an sich selbst, wie Paare trotz ihrer Prägungen und durch die (alltäglichen) Herausforderungen hindurch eine partnerschaftliche Resilienz entwickeln können und konstruktiv diesen alten Mustern und Verletzungen begegnen können.

Als Mitarbeiter:innen in der Bildungsarbeit und Pastoral erhalten Sie in diesem Seminar ein methodisches Werkzeug, mit dessen Hilfe Sie erkennen und spüren, wo sich Paare in ihrem eigenen „Spielraum“ bzw. in ihrem Handlungsraum befinden und wie Paare in herausfordernden Situationen anhand von drei konkreten Schritten wieder in diesen zurückgelangen können. Durch das Werkzeug erfährt Ihre Arbeit mit Paaren eine inhaltliche Bereicherung.

Die im Seminar kennenzulernende Haltung und das mit dem Werkzeug zu vermittelnde Anliegen finden sich quasi kurzgefasst in diesem Gebet wieder: *„Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“* (Reinhold Niebuhr)



# Ablauf



Mittwoch, 10. April 2024

13:30-15:30Uhr

→ **Einführung in das Thema**

Mittwoch, 17. April 2024

13:30-15:30Uhr

→ **Vertiefungsnachmittag**

Mittwoch, 15. Mai 2024

9:00-16:00Uhr

→ **Studientag**

# Der Referent

**Andreas Rieck, Stuttgart**

Freiberuflicher Coach, Autor und Speaker  
in den Bereichen Resilienz & Achtsamkeit



**Veranstalterin**

Arbeitsgemeinschaft  
für katholische Familienbildung e. V.  
In der Sürst 1 · 53111 Bonn  
Tel. 0228 / 684478-0 · Fax: 0228 / 684478-29  
info@akf-bonn.de · [www.akf-bonn.de](http://www.akf-bonn.de)

## Teilnahmegebühr

40€ für alle drei Seminartage. Bitte beachten Sie,  
dass eine Teilnahme an allen drei Tagen verbindlich  
vorgesehen ist.

## Anmeldeschluss

Ihre Anmeldung wird mit dem **07.03.2024**  
verbindlich. Danach erhalten Sie eine  
Anmeldebestätigung / Rechnung  
mit weiteren Informationen.  
Bei einer Abmeldung danach müssen wir Ihnen die  
volle Teilnahmegebühr berechnen, wenn keine  
Person nachrücken kann.

## Seminarleitung

Thorolf Clemens, Freiburg  
Ulrich Hoffmann, Augsburg  
Miriam Wehle, Bonn

## Gefördert durch das



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

# Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar "Resilienz für Paare" an. Ich erkläre mein Einverständnis, dass die von mir gemachten Angaben zu meiner Person im Rahmen der Abwicklung der Veranstaltung erfasst, gespeichert, verarbeitet und den Erfordernissen entsprechend an Dritte, z.B. im Rahmen einer Teilnehmendenliste, weitergegeben werden dürfen.

Institution:

Name, Vorname:

Straße, Nr.:

PLZ, Ort:

Tel.-Nr.:

E-Mail:

Abweichende Rechnungsanschrift?

---

Datum, Unterschrift