



# BEZIEHUNGSWERKSTATT EFL

ANGEBOTE 2017



KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK  
Bonn



KATHOLISCHE  
EHE FAMILIEN  
LEBENS  
BERATUNG

# VORWORT

## **Beziehungserfahrungen im Gespräch tauschen und teilen, Neues ausprobieren, – das sind die Angebote in der EFL ergänzend zu unserer Beratungsarbeit.**

Hier sind Sie eingeladen, eine andere der Art der KOMMUNIKATION IM PAAR kennenzulernen und zu üben, oder über die Herausforderungen für die Beziehung zwischen Erwachsenen und Kindern IN ZEITEN VON WEB 2.0 nachzudenken, um mit den Jugendlichen weiter »im Gespräch« zu bleiben.

Der Buchautor und Therapeut Sebastian Schmidt stellt sein neues Buch »MEHR ALS GLÜCKLICH« vor und bei der BIOGRAFIE-ARBEIT haben Sie Gelegenheit selbst zu schreiben, indem Sie sich auf die spannende Reise in die eigene Lebensgeschichte begeben und die Schätze heben.

Das Seminar »GUT, DASS ES DICH GIBT« wendet sich an alle »Silberpaare« mit der Einladung Rückschau auf den langen gemeinsamen Lebensweg zu halten. Auch bieten wir wieder eine PAARGRUPPE an für alle Paare, die in diesem besonderen Rahmen Ihre Beziehung würdigend anschauen wollen.

ABSCHIED UND NEUBEGINN ist der Titel des Gruppenangebotes, das sich an Menschen in Trennung richtet. Natürlich warten auch wieder zwei spannende Filmabende auf Sie: TONI ERDMANN und DIE BESTEN KURZFILME DES JAHRES.

Herzliche Einladung an alle, die wissen: Leben ist Beziehung!

*Heidi Ruster, Leiterin der Kath. EFL Bonn und  
Dr. Johannes Sabel, Leiter des Katholischen Bildungswerks Bonn*

# KEK – KONSTRUKTIVE EHEKOMMUNIKATION

## EIN GESPRÄCHSTRAINING FÜR PAARE, DIE SICH NOCH BESSER VERSTEHEN WOLLEN.

An zwei Wochenenden werden grundlegende Gesprächs- und Problemlösefähigkeiten erlernt und eingeübt. Das KEK-Gesprächstraining richtet sich an Paare, die in mehrjähriger Beziehung leben und auch ihre gemeinsame Geschichte in den Blick nehmen wollen.

### Termine

1. Kurs: 27./28. Januar und 17./18. Februar 2017

Leitung: Hedy Bergmann EFL-Bonn und Norbert Koch

2. Kurs: 8./9. September und 22./23. September 2017

Leitung: Hedy Bergmann EFL-Bonn und N.N.

jeweils freitags: 17.30 bis 20.30 Uhr und samstags: 9.30 bis 17.30 bzw. 16.30 Uhr

### Ort und Informationen | Anmeldung

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: info@efl-bonn.de

### Teilnehmergebühren

250 Euro pro Paar | Überweisung bitte nach Bestätigung der Anmeldung  
an das Konto des Kath. Kirchengemeindeverbands der Stadt Bonn:

IBAN: DE54 4006 0265 0001 1121 00 | BIC: GENODEM1DKM |

Als Verwendungszweck geben Sie bitte den Kurstitel an.



# KOMMUNIKATION IN ZEITEN VON WEB 2.0

## NEUE HERAUSFORDERUNGEN FÜR ELTERN UND KINDER

Smartphone und Internet gehören inzwischen zum Lebensalltag von Kindern und Jugendlichen – und Eltern haben mitunter ihre liebe Not, den Nachwuchs an eine angemessene Nutzung heranzuführen. Diese Herausforderung wird nicht einfacher, wenn die Pubertät anbricht. Wie kann ich in dieser für alle Beteiligten nicht immer einfachen Zeit mit meinem Kind im Gespräch bleiben? Wie komme ich zu Absprachen? Wie verhalte ich mich, wenn diese nicht eingehalten werden? Diese und andere Fragen, die Eltern unter den Nägeln brennen, werden im dreiteiligen Seminar einstellungs- und handlungsorientiert bearbeitet.

### **Termine**

2. März | 16. März | 30. März 2017 | jeweils donnerstags 19 bis 21.15 Uhr

### **Leitung**

Franziska Hock, EFL Bonn | Burkard Severin, EFL Bonn

### **Ort und Informationen**

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### **Teilnehmergebühren**

20 Euro | bitte vorab an das Kath. Bildungswerk Bonn überweisen | Bankverbindung siehe letzte Seite

### **Anmeldung**

Katholisches Bildungswerk Bonn | Kasernenstraße 60 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 429790

die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen beschränkt | Es entscheidet die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen

# SCHÄTZE HEBEN – RESSOURCEN AUFSPÜREN

## BIOGRAFIEARBEIT: EINE SPANNENDE REISE IN DIE EIGENE LEBENSGESCHICHTE

Was hat mich geprägt? Was macht mich aus? Welche Ressourcen habe ich auf meinem Weg gesammelt? Und welche Sehnsüchte habe ich für die Zukunft? Diese und ähnliche Fragen sind Inhalte von Biografiearbeit. Angeleitet durch vielfältige methodische Zugänge haben Sie hierbei Gelegenheit, in Ihre Erinnerungen einzutauchen und auf eine spannende biografische Forschungsreise zu gehen. Aber Biografiearbeit ist mehr als Rückschauhalten: Der Blick auf die eigenen Kraftquellen und Stärken lässt Sie Energie, Orientierung und Ermutigung schöpfen, um den Lebensalltag zu bewältigen und die Zukunft zu gestalten. Ein Prozess, sich wertschätzend, kreativ und identitätsstiftend mit der eigenen Geschichte auseinanderzusetzen.

### Termine

1. Samstag, 4. März 2017 | 14 bis 18 Uhr (Anmeldeschluss: Mittwoch, 1. März 2017)
2. Samstag, 7. Oktober 2017 | 14 bis 18 Uhr (Anmeldeschluss: Montag, 2. Oktober 2017)

### Leitung

Beate Behrendt-Weiß, Journalistin und Referentin für Biografiearbeit

### Ort und Anmeldung

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen  
Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### Teilnehmergebühren

10 Euro



# ABSCHIED UND NEUBEGINN

Die Trennung einer Liebesbeziehung ist für nahezu alle Menschen eine sehr schmerzhaft und verunsichernde Erfahrung: »Wie kann ich ohne meinen Partner/Partnerin leben? « »Wie gehe ich mit Kränkungen und Verletzungen um?« »Wohin mit meiner Wut und Enttäuschung?« »Wie gewinne ich Freude am Leben und Sicherheit im Alltag zurück?« Gemeinsam mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen bietet die Gruppe Raum, sich über die krisenhafte Situation auszutauschen, neue Möglichkeiten der Verarbeitung zu entdecken und erste Impulse für einen Neubeginn zu erhalten.

## Leitung

Sabine Lunnebach, EFL Bonn

## Termine

9. März | 23. März | 6. April 2017 | jeweils donnerstags 20 bis 21.45 Uhr  
Ein telefonisches Vorgespräch ist für die Teilnahme erwünscht.

## Ort und Informationen

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen  
Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: info@efl-bonn.de

## Teilnehmergebühr

15 Euro | bitte vorab an das Kath. Bildungswerk Bonn überweisen | Bankverbindung siehe letzte Seite

## Anmeldung

Katholisches Bildungswerk Bonn | Kasernenstraße 60 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 42979-0



# BEZIEHUNG UNTER DER LESELAMPE

## »MEHR ALS GLÜCKLICH« – BUCHLESUNG UND GESPRÄCH

»Glück« allein ist kein Wert, es geht um ein Gelingen des Lebens, um Sinn – und das ist mehr als »nur« glücklich zu sein. Die lebensnahe Sinnlehre von Viktor E. Frankl gibt es im Buch »Mehr als glücklich« der beiden Autoren Inge Patsch aus Innsbruck und Sebastian J. Schmidt aus Brühl praxisnah zum Lesen. Wer die Höhen und Tiefen des Lebens bewältigen möchte, der braucht eine verlässliche Orientierung. Neben vielen Beispielen aus der Praxis und Erkenntnissen der Wissenschaft finden sich Originaltexte von Viktor E. Frankl, dem Begründer der Logotherapie. Es geht nicht um Rezepte zum richtigen Leben, sondern um Ermutigung von individuellen Entscheidungen in jeder Lebenslage. Der Autor lädt herzlich ein.

### **Termin**

Dienstag, 9. Mai 2017 | 18.30 bis 20.30 Uhr

### **Leitung**

Sebastian J. Schmidt, Dipl. Theologe und Logotherapeut

### **Ort und Informationen/Anmeldung**

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### **Spenden erbeten**

# »GUT, DASS ES DICH GIBT ...«

## EIN BESINNLICHER TAG FÜR PAARE RUND UM DAS SILBERNE HOCHZEITSJAHR

Wir laden Sie ein, zusammen mit anderen Paaren Rückblick zu halten auf einen langen gemeinsamen Lebensweg. Sie haben an diesem Tag die Möglichkeit, besondere Momente zu erinnern, gemeinsame Anstrengungen zu würdigen und vielleicht den Zauber des Anfangs noch einmal zu spüren. Als Kraft für die Zukunft soll Ihnen der Segen Gottes für Ihren weiteren Weg noch einmal zugesprochen werden. Die Gruppe richtet sich an Paare, die sich zwischen dem 20. und 30. Ehejahr befinden.

### **Termin**

Samstag, 20. Mai | 10 bis 16 Uhr

### **Leitung**

Carmen Neikes, EFL Bonn und Norbert Koch

### **Ort und Information**

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### **Teilnehmergebühr**

30 Euro pro Paar | bitte vorab an das Kath. Bildungswerk Bonn überweisen | Bankverbindung siehe letzte Seite

### **Anmeldung**

Katholisches Bildungswerk Bonn | Kasernenstraße 60 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 429790



# ZEIT ZU ZWEIT – WAS UNS VERBINDET?

## EIN RESSOURCENORIENTIERTES PAARSEMINAR

- Wo stehen wir miteinander?
- Wie lautet die Verheißung unserer Beziehung?
- Wo soll es hingehen?

In diesem Paarseminar wechseln sich Übungen zu zweit und Paargespräche mit dem Austausch in der Gruppe ab.

### Termine

freitags, 15.00 bis 18.00 Uhr und samstags, von 10.00 bis 17.30 Uhr | Das Datum wird noch bekannt gegeben.

Ab einer Teilnehmerzahl von 5 Paaren findet die Gruppe statt.

### Leitung

Heidi Ruster und Burkard Severin



### Ort und Informationen

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### Teilnehmergebühr

30 Euro pro Paar | bitte vorab an das Kath. Bildungswerk Bonn überweisen | Bankverbindung siehe letzte Seite

### Anmeldung

Katholisches Bildungswerk Bonn | Kasernenstraße 60 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 42979-0

# FILM INTENSIV: AUGENBLICKE – DIE BESTEN KURZFILME DER LETZTEN JAHRE

FILME + IMBISS + GESPRÄCH + AUSTAUSCH

Unterhaltsam und besinnlich, liebenswürdig und gelegentlich ein bisschen böse: Kurzfilme dauern nur wenige Augenblicke. Und doch erzählen sie bewegende, manchmal erstaunliche Geschichten, stellen unbequeme Fragen, verblüffen unsere Wahrnehmung – und lenken unseren Blick auf existenzielle und soziale Themen. Der Abend präsentiert eine Auswahl herausragender Kurzfilme der letzten Jahre – Filme, die einladen zur Selbsterfahrung und zur Reflexion. Wie machen's die anderen auf der Leinwand? Was kann ich mir buchstäblich abgucken, daraus lernen? Darüber wollen wir ins Gespräch kommen – mal in Kleingruppen, mal im Plenum, mal unter Männern, mal unter Frauen. Mal geht's um den Überblick, mal müssen wir genauer hinschauen. Wir freuen uns auf Sie!

## **Termin**

Montag, 13. März 2017 | 18.30 Uhr

## **Leitung**

Heidi Ruster (Leiterin EFL) und Dr. Johannes Sabel (Leiter des Kath. Bildungswerks)

## **Ort und Informationen/Anmeldung**

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

## **Spenden erbeten**

# FILM INTENSIV: TONI ERDMANN

## FILME + IMBISS + GESPRÄCH + AUSTAUSCH

Winfried Conradi arbeitet als Lehrer, versteht sich aber auch als Clown, der mit seinen oft derben Scherzen immer wieder für Irritation sorgt. Längst ist er von seiner Frau getrennt, auch seine Tochter Ines ist ihm fremd, man sieht sich nur noch selten, telefoniert zum Geburtstag, mehr nicht. Doch dann beschließt Winfried, Ines in Bukarest zu besuchen, wo diese für eine Consulting-firma arbeitet. Notgedrungen nimmt die Tochter den Vater auf, nach einem Wochenende voller Missverständnisse und peinlicher Situationen verabschiedet man sich verkrampft. Doch als Ines am Abend ausgeht, spricht plötzlich ein Mann mit Perücke und falschem Gebiss sie und ihre Freundinnen an: Es ist Winfried, der sich nun als Toni Erdmann ausgibt. Mit den glänzenden Hauptdarstellern Sandra Hüller und Peter Simonischek wird das Familiendrama »Toni Erdmann« zu einem durchaus anstrengenden, aber zugleich überaus faszinierenden, intensiven und tragisch-komischen Kinoerlebnis.

### **Termin**

Dienstag, 7. November 2017 | 18.30 Uhr

### **Leitung**

Heidi Ruster (Leiterin EFL) und Dr. Johannes Sabel (Leiter des Kath. Bildungswerks)

### **Ort und Informationen/Anmeldung**

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn | Tel.: 0228 630455 | E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

### **Spenden erbeten**





**Kath. Beratungsstelle  
für Ehe-, Familien- und Lebensfragen**

Gerhard-von-Are-Straße 8 | 53111 Bonn

Telefon: 0228 630455

Telefax: 0228 631862

E-Mail: [info@efl-bonn.de](mailto:info@efl-bonn.de)

[www.efl-bonn.de](http://www.efl-bonn.de)

**Katholisches Bildungswerk Bonn**

Kasernenstraße 60 | 53111 Bonn

Telefon: 0228 42979-0

E-Mail: [info@bildungswerk-bonn.de](mailto:info@bildungswerk-bonn.de)

[www.bildungswerk-bonn.de](http://www.bildungswerk-bonn.de)

**Teilnehmergebühren**

Bei Veranstaltungen mit Kursgebühren überweisen Sie den angegebenen Teilnehmerbeitrag bitte bis spätestens einen Tag vor Veranstaltungsbeginn an:

Katholisches Bildungswerk Bonn

Sparkasse KölnBonn

IBAN: DE41 3705 0198 0000 0930 88

BIC: COLSDE33

Als Verwendungszweck geben Sie bitte den jeweiligen Kurstitel an.

Es gelten die AGB des Kath. Bildungswerkes Bonn vom 1. November 2013:

[www.bildungswerk-bonn.de](http://www.bildungswerk-bonn.de)