



„Wenn aus Hören  
Zuhören wird,  
entsteht echte  
Verbundenheit.“

**In einer Partnerschaft geht es um Gemeinsamkeiten und Rücksichtnahme. Um eine gesunde Mischung aus Sich-Mitteilen und Dem-anderen-Zuhören. Um eine Kombination aus Bestärkung und Kritik. Das ist eine Menge. Manchmal auch ein bisschen zu viel.**

Wir wissen das. In unseren Trainings werdet ihr deshalb offen empfangen. Es geht uns nicht um die Vermittlung weiser Ratschläge. Es geht um eure Themen und eure Unstimmigkeiten. Praxiserprobte Regeln bringen euer Gespräch in eine Richtung, der beide folgen können.



MACHPAAR

Training für  
Beziehungskommunikation

## WAS IHR NOCH WISSEN KÖNNT

EPL und KEK-Kurse sind ein Angebot der Bistümer Mainz und Limburg. Kosten und Rahmenbedingungen findet ihr auf unseren Internetseiten:

[www.paare.bistumlimburg.de](http://www.paare.bistumlimburg.de)

[www.bistum-mainz.de/ews](http://www.bistum-mainz.de/ews)

(unter dem Menüpunkt Beziehung)

**Auskunft darüber hinaus erhaltet ihr von den Bistumsverantwortlichen**

Bischöfliches Ordinariat Limburg  
Referat Ehe und Beziehungspastoral

Tel.: 06431 295456

[paare@bistumlimburg.de](mailto:paare@bistumlimburg.de)



Bischöfliches Ordinariat Mainz  
Referat Partnerschaft.Ehe.Familie

Tel.: 06131 253 279

[paare.familie@bistum-mainz.de](mailto:paare.familie@bistum-mainz.de)



**AKF – Arbeitsgemeinschaft für  
katholische Familienbildung e. V.**

In der Sürst 1 • 53111 Bonn • [www.akf-bonn.de](http://www.akf-bonn.de)

**Institut für Forschung und Ausbildung  
in Kommunikationstherapie e. V.**

Rückertstr. 9 • 80336 München

Tel. 089 544311-0 • [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de)

**Programmautoren:**

EPL Dr. F. Thurmaier, Dr. J. Engl, Prof. Dr. K. Hahlweg  
(TU Braunschweig) / KEK Dr. J. Engl, Dr. F. Thurmaier

09.2022

**EINE VERSTÄNDNISVOLLE  
PARTNERSCHAFT IST  
MACHPAAR..**

Gesprächstraining für Paare

**NÄHE IST  
SCHÖN..**

**UND NICHT  
IMMER  
EINFACH..**



MACHPAAR  
EPL – KEK



„MachPaar ist etwas für alle Paare, die sich lieben.“

**Unschlagbar günstig – unendlich wertvoll**

Wir bieten euch das im deutschsprachigen Raum am weitesten verbreitete Trainingsangebot für Beziehungskommunikation. Dabei spielen Konfession, Familienstand oder sexuelle Orientierung keine Rolle.

Unsere EPL- und KEK-Trainingsprogramme wurden von führenden Experten im Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e. V. in München entwickelt. Sie tragen nachweislich zur Zufriedenheit in Partnerschaften bei.

Die Trainings subventionieren wir mit Kirchensteuermitteln. Deshalb ist es uns möglich, euch ein hoch qualifiziertes Coaching zu einem sehr guten Preis anzubieten. Eure Teilnahme sollte nicht am Geld scheitern. Falls es euch nicht möglich ist, den Betrag für euer Training aufzubringen, sprecht uns bitte direkt an.

## GEMEINSAM ENTSCHIEDEN, SICH FÜREINANDER ZU ÖFFNEN.

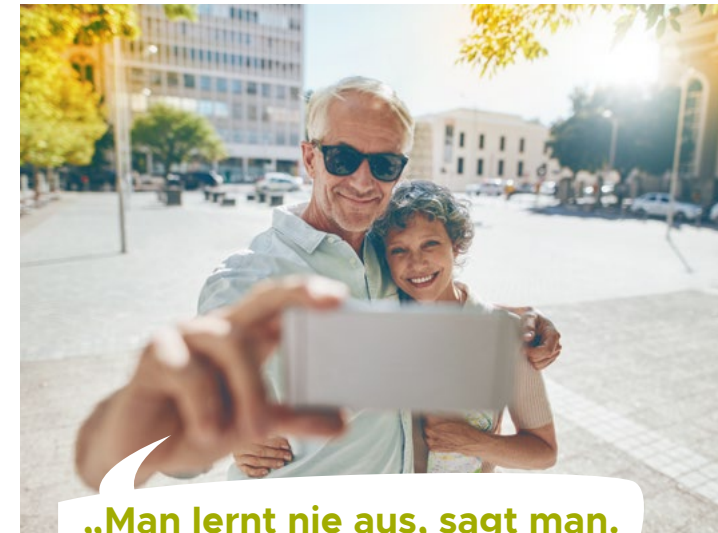


„Beziehung bedeutet, an einem Strang zu ziehen – nach Möglichkeit in die gleiche Richtung.“

**MachPaar**

### EPL – TRAININGS FÜR JUNGE PAARE

Unsere „**EPL**®-Trainings“ (Ein partnerschaftliches Lernprogramm) für Paare mit kürzerer Beziehungsdauer umfassen sechs Einheiten, die jeweils ca. zwei Stunden dauern. Hier übt ihr grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten ein. Auf dieser Basis sprecht ihr über wichtige Themen eurer Partnerschaft und werdet dabei von unseren ausgebildeten Trainerinnen und Trainern unterstützt.



„Man lernt nie aus, sagt man. Das stimmt auch in der Partnerschaft.“

**MachPaar**

### KEK – TRAININGS FÜR ERFAHRENE PAARE

Unsere „**KEK**®-Trainings“ (Konstruktive Ehe und Kommunikation) für Paare in langjähriger Beziehung umfassen sieben Einheiten, die jeweils ca. drei Stunden dauern. Hier übt ihr grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten ein. Und ihr nehmt eure gemeinsame Geschichte in den Blick und sprecht über eure Zukunft und Ziele. Dabei unterstützen euch unsere ausgebildeten Trainerinnen und Trainer.

## IHR HABT DIE WAHL

EPL und KEK geben je fünf einfache Regeln für das „Sprechen“ und das „Zuhören“ an die Hand, mit denen Gespräche viel konstruktiver geführt werden können: Ich kann besser ausdrücken, was ich meine, und ich kann anders zuhören, sodass ich mehr verstehe. Die Qualität der Gespräche verändert sich, und Paare können auch Streitgespräche führen, ohne sich gegenseitig zu verletzen.

Unsere Kurse finden an verschiedenen Orten statt – Ihr habt die Wahl:

- ob in ländlicher Umgebung im Bildungshaus Schmerlenbach **oder**
- im Familiendorf Hübingen mit Kinderbetreuung **oder**
- in einem der unterschiedlichen Bildungshäuser der Bistümer Mainz und Limburg **oder**
- einem der zahlreichen weiteren Angebote, u. a. auch online zuhause, die zu finden sind unter: [paare@bistumlimburg.de](mailto:paare@bistumlimburg.de) **www.bistum-mainz.de/ews** (unter dem Menüpunkt Beziehung)

### ANMELDUNG

bundesweit unter [www.epl-kek.de/termine](http://www.epl-kek.de/termine)

Unsere Trainings für Beziehungskommunikation sind keine Paartherapie. Sie sind daher ungeeignet für Paare, die schwerwiegende Konflikte haben oder eine Trennung beabsichtigen.