

„Der Mensch wird am  
Du zum Ich.“

M. Buber

**Termin:**

23. - 25. Februar 2024

**Ort:**

Jugendkloster Ahmsen  
Am Kloster 8  
49774 Lähden - Ahmsen

**Leitung:**

**Dr. Christoph Hutter**

Leiter EFLE-Beratungsstellen im Bistum  
Osnabrück

**Inge Zumsande**

Referentin Beziehungspastoral  
Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

**Kosten:**

350,00 € pro Paar\* (incl.  
Seminargebühr, Unterkunft und  
Vollverpflegung)

\*Falls es Ihnen nicht möglich ist, den gesamten  
Beitrag zu zahlen, Sie aber teilnehmen möchten,  
wenden Sie sich bitte an uns – wir finden Lösungen!

**Anmeldung:**

Bitte melden Sie sich unter diesem  
QR-Code/Link bis zum **01.11.2023** an:



<https://eveeno.com/898812371>

Bistum Osnabrück  
Inge Zumsande  
Domhof 12  
49074 Osnabrück  
Telefon: 0541/318-206  
i.zumsande@bistum-os.de

[bistum-osnabrueck.de](http://bistum-osnabrueck.de)



## Von der Kunst, als Paar zu leben Ein Wochenende für Paare

23. - 25. Februar 2024

Bilder © pixabay

**efle**

Ehe-, Familien-, Lebens-  
und Erziehungsberatung  
im Bistum Osnabrück

 Bistum  
Osnabrück

## Am Du zum Ich werden

Menschen wünschen sich eine Paarbeziehung, in der beide glücklich sind, sich verstanden, gesehen und geborgen fühlen. Es könnte so schön sein, wären da nicht Alltagskonflikte, Stress, Ansprüche, hohe Erwartungen, Streit und manchmal auch einfach Langeweile. Die Schmetterlinge im Bauch melden sich beim Anblick des Anderen nur noch selten, leidenschaftliche Verliebtheit weicht einer Alltagsroutine.

So oder so ähnlich geht es vielen Paaren.

Wie gelingt eine Partnerschaft, die voll im Alltag angekommen ist? Es braucht eine hohe Aufmerksamkeit, dass sich beide Partner weiterentwickeln können – ihre individuelle Persönlichkeit, aber auch ihr Paar-Sein.

An diesem Wochenende soll Zeit sein, sich als Paar in den Blick zu nehmen und in einer Gruppe in den Austausch zu gehen.

Wir arbeiten an wichtigen Grundlagen für eine lebendige Beziehung und üben uns in Achtsamkeit, Neugier und Liebe.

## Mögliche Inhalte

- Wie wir zueinander stehen: Unsere Paardynamik
- Wie wir miteinander reden: So gelingt Kommunikation
- Was uns verbindet: Unsere Geschichte als Paar
- Was unsere Eltern uns vorgelebt haben: Unser unbewusst erlerntes Konzept von Partnerschaft

## Arbeitsweisen

- Prozessorientiertes Arbeiten an den Themen der einzelnen Paare
- Übungen zu Wahrnehmung und Kooperation
- Austausch zu zweit und in der Gruppe
- Tages-Einstieg und -Abschluss
- Zeit zu Erholung und zum Miteinander

Es können sechs Paare teilnehmen.

