



Ehe-, Familien- und Lebensberatung
im Bistum Passau



KOM KOM

Kommunikations-Kompetenz

Ein Programm zur Verbesserung
der **Paarkommunikation** und der
Beziehungsqualität

www.efl-passau.de/komkom

Ehe-, Familien- und Lebensberatung
im Bistum Passau



*„Wir möchten wieder
besser
miteinander reden
können“*

Mit diesem Wunsch wenden sich viele Paare an unsere Beratungsstellen, wenn in ihrer Partnerschaft Konflikte, Auseinandersetzungen und emotionale Spannungen so zugenommen haben, dass ein konstruktives Gespräch nicht mehr möglich scheint.



KOM KOM

Kommunikations-**K**ompetenz



KOMKOM ist ein Kommunikationstraining für Paare in mehrjähriger Beziehung, die sich bereits bei uns in Beratung befinden. Es ist eine spezielle Ergänzung unseres Eheberatungsangebotes.



KOMKOM ist ein zeitlich begrenztes, strukturiertes Programm für Paare, denen es oft schwer fällt, ein gutes Gespräch zu führen.

In vergleichsweise kurzer Zeit können Paare lernen, Probleme fair zu lösen sowie wohlwollend und versöhnlich miteinander umzugehen.



KOMKOM wurde am Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie entwickelt und wissenschaftlich begleitet.

In einer umfassenden Studie konnten langanhaltende, sehr positive Effekte des Programms auf die partnerschaftliche Zufriedenheit nachgewiesen werden.

→ www.institutkom.de

INTENSIVE PAARBEGLEITUNG

KOMKOM wird in Kleingruppenform mit maximal vier Paaren und zwei Trainer:innen durchgeführt.

Jedes Paar bespricht persönliche Themen im Zweiergespräch, räumlich getrennt von den anderen Paaren, und wird dabei von den Trainer:innen unterstützt.

ABLAUF

In acht Arbeitseinheiten zu je 2½ Stunden werden grundlegende Fertigkeiten zu folgenden Bereichen erarbeitet und eingeübt:

- » Fehler und Möglichkeiten im Paargespräch
- » Unangenehme Gefühle äußern
- » Probleme lösen
- » Angenehme Gefühle äußern
- » Krisenmanagement
- » Gemeinsame Gesprächskultur
- » Veränderungen und Neuorientierungen
- » Stärken der Beziehung

Während der Dauer des Kurses findet keine Beratung statt. Nach Ablauf des Trainings nehmen Sie wieder Kontakt zu Ihrem Berater/Ihrer Beraterin auf, um das weitere Vorgehen (Beendigung oder Weiterführung der Beratung) zu besprechen.

TRAINER:INNEN

Alle Trainer:innen sind Ehe-, Familien- und Lebensberater:innen sowie zusätzlich ausgebildete Kommunikationstrainer:innen.



ANMELDUNG

Die Vermittlung zu einem KOMKOM-Training erfolgt durch Ihren Berater/Ihre Beraterin.

Besprechen Sie mit ihm/ihr, wann und wo ein für Sie günstiger Kurs stattfindet und lassen Sie sich ein Anmeldeformular aushändigen.

Die Kursplätze sind in der Regel schnell ausgebucht. Es entscheidet das Datum der schriftlichen Anmeldung.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN



- » Die Möglichkeit der Teilnahme wurde mit beiden Partner:innen in der Beratung besprochen.

- » Die Beziehung ist beiden Partner:innen wichtig und sie sind bereit, sich dafür einzusetzen.

- » Die Partner:innen haben keine Trennungsabsichten und keine Außenbeziehung.

- » Mit der Anmeldung verpflichten sich beide Partner:innen zur vollständigen Kursteilnahme, da bei einer Absage das Stattfinden des Kurses gefährdet ist.



KOSTENBETEILIGUNG

Der Hauptanteil der Kosten für das Kommunikationstraining wird im Rahmen der Eheberatung aus Kirchensteuermitteln finanziert.

Wir sind jedoch auf die finanzielle Mithilfe unserer Klienten angewiesen, um unser Beratungsangebot aufrechterhalten zu können.

Wir bitten Sie deshalb um eine Spende, mit der Sie sich im Rahmen Ihrer finanziellen Möglichkeiten an den Kosten des Kurses beteiligen.

Wir stellen Ihnen auf Wunsch gerne eine Spendenquittung aus.

SPENDENKONTO

IBAN: **DE07 7115 1020 0000 0433 15**

Verwendungszweck: **Spende KOMKOM**

KONTAKT

Bei Fragen zu unserem Training wenden Sie sich bitte an die Beratungszentren der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Passau.

EFL Beratungszentrum Altötting

Kapellplatz 8

84503 Altötting

Telefon **0 86 71 / 18 62**

EFL Beratungszentrum Passau

Höllgasse 29

94032 Passau

Telefon **0 851 / 3 43 37**

E-Mail **komkom@efl-passau.de**

Internet **www.efl-passau.de/komkom**



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

