



## Zeit zum Reden

### Praktische Anregungen für ein gelungenes Paargespräch



#### Konstruktiv Probleme lösen

Ob wir in einer Beziehung zufrieden sind oder nicht, hängt wesentlich davon ab, wie wir miteinander reden und wie wir Probleme lösen. Denn dass es in einer Beziehung auch Konflikte gibt, ist natürlich und für das Ich-Sein im Wir-Sein notwendig. Entscheidend ist dabei jedoch, dass Paare dabei konstruktiv miteinander umgehen.

Der Tag will Hinweise geben und erfahren lassen, wo „Fallen“ im Gespräch lauern, die zu Missverständnissen und Aneinanderdovorbereiten, Streit und Verletzungen führen. Gleichzeitig werden Gesprächsregeln erarbeitet und vorgestellt, die helfen, solche „Fallen“ zu vermeiden. Auf

diese Weise können Konfliktsituationen fair und für beide Partner zufriedenstellend gelöst werden, so dass ein wohlwollend-versöhnlicher Umgang miteinander möglich wird.

Die Grundlage dafür ist das KOMKOM-Training, ein im Rahmen der Eheberatung erfolgreich eingesetztes und bewährtes Modell, das wissenschaftlich nachweisbar positive Auswirkungen auf die Kommunikations- und Beziehungsqualität von Paaren hat.

Vier Termine im Jahr 2025:  
jeweils **SAMSTAGS** von 9-16 Uhr

#### Termine EFL Burghausen

**29. März 2025**

**27. September 2025**

#### Termine EFL Passau

**05. April 2025**

**25. Oktober 2025**



Ehe-, Familien- und Lebensberatung  
im Bistum Passau





## Zeit zum Reden

### Praktische Anregungen für ein gelungenes Paargespräch

#### Details Termine Burghausen

**1 | Samstag, 29. März 2025**

Anmeldung bis 21. März

**2 | Samstag, 27. September 2025**

Anmeldung bis 19. September

**Uhrzeit:** 9 bis 16 Uhr

**Ort:** Burghausen, Messerzeile 16 (EFL)

**Kosten:** € 30,- pro Paar

**Referent:innen beide Termine:**

Margret Döberl, Andreas Döberl

*In Zusammenarbeit mit der Katholischen  
Erwachsenenbildung Rottal-Inn-Salzach*

#### Anmeldung für Burghausen

**EFL Regionalzentrum Altötting**

Telefon: 0 86 71 / 18 62

altoetting@efl-passau.de

#### Details Termine Passau

**1 | Samstag, 05. April 2025**

Anmeldung bis 28. März

**2 | Samstag, 25. Oktober 2025**

Anmeldung bis 17. Oktober

**Uhrzeit:** 9 bis 16 Uhr

**Ort:** Passau, Höllgasse 29 (EFL)

**Kosten:** € 30,- pro Paar

**Referent:innen Termin April:**

Maria Gillhofer, Josef Zimmermann

**Referent:innen Termin Oktober:**

Monika Winter, Samuel Sieber

*In Zusammenarbeit mit der Katholischen  
Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau*

#### Anmeldung für Passau

**EFL Regionalzentrum Passau**

Telefon: 08 51 / 3 43 37

passau@efl-passau.de

#### Referent:innen



**Andreas Döberl**

*Dipl. Rel.-Päd. (FH),  
Dipl. Soz.-Päd. (FH),  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberater (BAG)*



**Josef  
Zimmermann**

*Dipl.-Theol. (Univ.),  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberater (BAG)*



**Samuel Sieber**

*Dipl.-Theol. (Univ.),  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberater (BAG)*



**Margret Döberl**

*Dipl. Rel.-Päd. (FH),  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberaterin (BAG)  
i.R.*



**Maria Gillhofer**

*Sozialpädagogin (B.A.),  
Caritaswissenschaftlerin  
(M.A.), Ehe-, Familien-  
und Lebensberaterin  
(BAG), Systemische  
Beraterin und Familien-  
therapeutin (DGSF)*



**Monika Winter**

*Dipl. Theol. (Univ.),  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberaterin  
(BAG), Systemische  
Beraterin und Familien-  
therapeutin (DGSF)*