

# Weiterbildung im Lichtblick:

## Kommunikationskurs für Paare

- Reden Sie als Paar manchmal erfolgreich aneinander vorbei?
- Streiten Sie sich wegen Erziehungsfragen?
- Diskutieren Sie häufig dasselbe und drehen sich im Kreis?
- Fühlen Sie sich von Ihrem Gegenüber unverstanden und zu wenig Ernst genommen?
- Verlieren Sie in emotionalen Momenten die Kontrolle?
- Haben Sie unterschiedliche Bedürfnisse in der Paar-Beziehung?

### Vorgehen:

- ✓ Sie erhalten ein Basiswissen bezüglich klassischer Paarsituationen und deren Bewältigungsstrategien.
- ✓ Sie lernen Techniken für eine erfolgreiche Gesprächsführung.
- ✓ Sie üben die Kommunikationstechnik der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg.
- ✓ In kleinen Gruppen wird intensiv an konkreten Fällen geübt, diskutiert und gelernt. Eigene Beispiele aus der Praxis können eingebracht werden. Auf Wunsch werden Filmsequenzen analysiert.

**Teilnehmerzahl:** Max. 8 Personen

**Daten:** Ein Kurs à 3 Abende  
Daten werden per Doodle ermittelt

**Ort:** Praxisgemeinschaft LichtBlick, Asylstr.81, 8032 Zürich

**Leitung:** Karin Schmid, Mediatorin, Paar-und Familienberaterin, Pädagogin

**Kosten Paartarif:** Fr. 890.- für zwei Personen  
Bei der Anmeldung zu bezahlen.

**Anmeldung:** Karin Schmid, [mail@karinschmid.ch](mailto:mail@karinschmid.ch), 079 648 17 38, [www.karinschmid.ch](http://www.karinschmid.ch)