

Wo finden Sie uns?

Beratungsstelle München-Nord

Franz-Joseph-Straße 35
80801 München

Telefon: 089 / 59 27 84

Fax: 089 / 51 51 99 13

E-Mail: info@eheberatung-oberbayern.de
www.eheberatung-oberbayern.de

Die aktuellen telefonischen Sprechzeiten entnehmen Sie bitte der Ansage des Anrufbeantworters.

Kosten: Der Kurs ist kostenlos.

Für die Kursteilnahme erheben wir keine Teilnahmegebühr. Wenn es Ihnen möglich ist, sind wir dankbar für eine Spende.

Bankverbindung:
Erzdiözese München und Freising -
Finanzkammer
IBAN: DE 87 7509 0300 0002 1700 00
BIC: GENODEF1M05
Verwendungszweck: Spende für die EFL-
Beratung (10610003)

gefördert von:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Ehe-, Familien- und Lebensberatung



Erzdiözese München und Freising

Ehe-, Familien- und Lebensberatung



Erzdiözese München und Freising

Impressum

Erzdiözese München und Freising (KdöR)
vertreten durch das Erzbischöfliche Ordinariat München
Generalvikar Christoph Klingan
Kapellenstraße 4, 80333 München

Verantwortlich für den Inhalt:
Ressort Caritas und Beratung, Hauptabteilung Beratung

Realisation der Druckprodukte in Zusammenarbeit
mit der Stabsstelle Kommunikation, Druckmanagement

Bildnachweis: iStock / IakovKalinin
Gestaltung: Agentur2 GmbH
Druck: www.sasdruck.de
Papier: RecySatin, hergestellt aus 100% Altpapier,
FSC®-zertifiziert

UID-Nummer: DE811510756

Familie werden – Paar bleiben

Gruppe für Paare in der Familiengründungsphase

www.erzbistum-muenchen.de/eheberatung-oberbayern



ERZDIÖZESE MÜNCHEN
UND FREISING

Beziehung erleben

Familie werden – Paar bleiben

Gruppe für Paare in der Familiengründungsphase

Vielleicht kennen Sie diese Fragen oder ähnliche:

„Ich freue mich auf unser erstes Kind,
aber wie wird es mir als Vater/Mutter gehen
mit den vielen neuen Aufgaben?“

„Werden wir als Paar einen guten Weg
für uns beide bei der Verteilung der
Rollen finden?“

„Wie wird es sein, nicht mehr
(voll) berufstätig zu sein oder
der/die Alleinverdiener/in zu sein?“

„Wird noch Raum
für uns als Paar
sein?“

„Kann ich mir auch noch Zeit für mich
selbst nehmen, ohne dass die Familie
zu kurz kommt?“

„Wie wird es
mit den Großeltern
werden?“

*„Es ist sehr viel wahrscheinlicher,
dass Kinder schwierig werden,
wenn die Partner Probleme haben,
als dass Paare Probleme bekommen,
wenn Kinder schwierig sind.“*

(Fazit der Studie „Wenn Paare Eltern werden“)

Die Übergangszeit vom Paar zur Familie stellt eine große Herausforderung an die Paarbeziehung dar. Für manche Paare können die vielen Veränderungen zur Belastungsprobe werden.

Mit diesem Gruppenangebot möchten wir Sie unterstützen, gut miteinander über die „Klippen“ dieser Übergangszeit zu kommen, um ihrer neuen Familie einen positiven Start zu ermöglichen.

Unser Hauptanliegen ist es, Sie als Paar in Ihrer Beziehungsfähigkeit zu stärken.

Zentrale Punkte sind dabei:

- sich Zeit für die Paarbeziehung nehmen, trotz Kind
- Intimität und Sexualität miteinander gestalten
- Konflikte konstruktiv miteinander austragen
- dem Anderen eigene Freiräume zugestehen
- gute Absprachen miteinander treffen
- die Kraft der Gruppe zu nutzen

Zielgruppe:

Paare in der Schwangerschaft und nach der Geburt des ersten Kindes. Auch gleichgeschlechtliche Paare sind willkommen.

Beginn und Zeit:

Die Gruppe wird mit 4 Kurstagen in Abständen von 4 – 6 Wochen jeweils samstags von 9.30 – 16.00 Uhr angeboten.

Nächster geplanter Start ist voraussichtlich im **August 2023**. Auf Wunsch kann auch Kinderbetreuung angeboten werden.

Ort:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising
Franz-Joseph-Straße 35, 80801 München

Leitung, Anmeldung und nähere Informationen:

Katrin Czwienezek

Dipl.-Sozialpädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
Tel.: 0 81 31 / 5 54 86 (Di + Do 12.00 – 13.00 Uhr)
kczwienezek@eheberatung-oberbayern.de

Michaela Lochschmidt

Pädagogin, Systemische Therapeutin und Familientherapeutin (DGSF)
Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
Tel.: 0 89 / 21 02 08 88 (Mi + Fr 12.00 – 13.00 Uhr)
mlochschiidt@eheberatung-oberbayern.de

www.erzbistum-muenchen.de/eheberatung-oberbayern