



**AWO Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,  
Familienplanung, Paar- und Lebensberatung**

Klosterstr. 8-10  
44135 Dortmund

Tel.: 02 31 . 99 34 - 222

Fax: 02 31 . 99 34 - 630

[www.awo-dortmund.de/beratungsstelle](http://www.awo-dortmund.de/beratungsstelle)

[beratungsstelle@awo-dortmund.de](mailto:beratungsstelle@awo-dortmund.de)

Mo	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Di	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Mi	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Do	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 18:00 Uhr
Fr	08:30 – 13:00 Uhr		

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit  
mit einer Spende unterstützen!

AWO Unterbezirk Dortmund  
Stadtsparkasse Dortmund

IBAN: DE 66 4405 0199 0001 0697 21

BIC: DORTDE33XXX

Betreff: „Beratungsstelle“



Arbeiterwohlfahrt  
Unterbezirk  
Dortmund

## „Verstehste?“

### Kommunikationstraining für Paare



- Streit entschärfen und Konflikte lösen
- Bedürfnisse ausdrücken
- echte Verständigung erreichen

ein Angebot der

*Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,  
Familienplanung, Paar- und Lebensberatung*



Arbeiterwohlfahrt  
Unterbezirk  
Dortmund

Kommunikation als zentrales Thema begegnet uns immer wieder bei Anfragen von Paaren, die den Wunsch nach einer Beratung haben. Und auch dann, wenn das ursprüngliche Anliegen ein anderes war, nimmt im Beratungsprozess genau diese Thematik oftmals sehr viel Raum ein.

Aus diesem Grund haben wir ein kompaktes und komprimiertes Trainingsprogramm entwickelt. Es soll Paare dabei unterstützen, in der alltäglichen Verständigung und im bewussten kommunikativen Austausch miteinander konkrete Verbesserungen zu erreichen.



Dabei geht es unter anderem um

- aktives Zuhören
- nicht-verletztende Ärgermitteilungen
- die Rolle und Bedeutung von Gefühlen
- das Sprechen über Bedürfnisse und Sexualität
- das Finden gemeinsamer Lösungen bei Konflikten und Fragen der Liebe

Das Kommunikationstraining wird von Oliver Röse (Dipl. Psychologe) und Sabine Jakubek (Assistentin) durchgeführt. Es besteht aus fünf aufeinanderfolgenden Bausteinen, weswegen eine zuverlässige und kooperative Mitarbeit vorausgesetzt wird.

Die Zahl der Teilnehmenden ist auf maximal sechs Paare beschränkt. Die sexuelle Orientierung oder Identität spielt dabei keine Rolle. Das Angebot steht allen offen und die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten jedoch um eine Spende, um unsere Arbeit auch weiterhin finanzieren zu können. Eine Spendenbescheinigung kann ausgestellt werden.

### Termine

24.09.2020	18:00 - 19:30 Uhr
01.10.2020	18:00 - 19:30 Uhr
08.10.2020	18:00 - 19:30 Uhr
29.10.2020	18:00 - 19:30 Uhr
12.11.2020	18:00 - 19:30 Uhr

### Ort

AWO UB Dortmund  
Schwanenwall 44  
44135 Dortmund

### Anmeldung und Fragen

Bei Interesse an einer Teilnahme am Kommunikationstraining melden Sie sich bitte verbindlich telefonisch in unserer Beratungsstelle unter der Telefonnummer 0231 / 9934-222 an.

Auch weitere Fragen zur Kursorganisation können hier geklärt werden.