

XHope Campus  
Roggensteinerstr. 17  
82140 Olching



## Ein Kurs zur Aufarbeitung von Trennung und Scheidung

Dieser Kurs bietet getrennten und geschiedenen Personen eine Gelegenheit, die Herausforderungen zu besprechen, mit denen sie konfrontiert sind.

Durch Impulse und Austausch in kleinen Gruppen bekommen die Teilnehmenden konkrete Anregungen für ihre Situation.

## In sieben Einheiten an drei Samstagen werden folgende Themen betrachtet:

- Die Folgen einer Trennung oder Scheidung bewältigen
- Gut kommunizieren und Grenzen setzen
- Konflikte effektiv lösen
- Schritte zur Vergebung und Versöhnung
- Beziehungen pflegen zu Kindern und Freunden
- Ein neues Leben aufbauen

## Für wen ist der Kurs geeignet?

Der Kurs eignet sich für alle, die eine Trennung oder Scheidung erlebt haben – sei es vor kurzem oder vor längerer Zeit. Gerade auch wenn die Scheidung rechtlich noch nicht vollzogen ist, bietet der Kurs Hilfe und Orientierung.

## Eine Kursteilnehmerin berichtet:

*»Nach meiner Scheidung war ich mit meinen zwei kleinen Kindern allein. Mein Bedürfnis, mich mitzuteilen und verstanden zu werden, war so intensiv, dass dieser Kurs für mich eine willkommene Chance war. Ich wollte vergeben können – auch mir selber. Doch ich musste erst mit der Wut in mir fertig werden. Es war ein schwieriger Weg – aber befreiend!«*

## Details zum Kurs:

### Termine:

drei Samstage, jeweils 9:00 – 17:00 Uhr:  
05. Oktober,  
12. Oktober und  
19. Oktober 2019

### Ort und Veranstalter:

XHOPE Campus  
Roggensteinerstr. 17  
82140 Olching

## Leitung und Infos:

Geleitet wird der Kurs von Personen, die selber eine Trennung bzw. Scheidung bewältigen mussten. Der Kurs basiert auf christlichen Werten. Er ist jedoch hilfreich unabhängig von der persönlichen Glaubensüberzeugung der Teilnehmenden. Diese ist keine Voraussetzung zur Teilnahme.

### Tuulikki Bone

Zert. Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Coach, Mediatorin, MA. Slawistik, Informatik, Psychologie, geschieden, 2 Kinder

### Johannes Kiuntke

Pfarrer i. R., Individualpsychologischer Berater, geschieden, wiederverheiratet, 4 erw. Kinder

## Anmeldung

Ihre Anmeldung ist per Post oder E-Mail möglich und wird mit der Überweisung der Kursgebühr verbindlich.

**E-Mail:** [info@youareyou.de](mailto:info@youareyou.de)

**Anmeldeschluss:** 24. September 2019  
mindestens 6, maximal 10 Teilnehmer/innen

### Kosten:

150 Euro  
Inbegriffen sind Getränke, ein Imbiss, eine Kaffeepause sowie Kursunterlagen.  
Das Mittagessen erfolgt auf eigene Kosten.  
(Eine Teilnahme soll nicht an Ihrer finanziellen Situation scheitern. Nehmen Sie gegebenenfalls Kontakt mit uns auf.)  
Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn auf das Konto

### Empfänger:

XHOPE e.V.  
Sparkasse FFB  
IBAN: DE10700530700001043868  
BIC: BYLADEM1FFB  
Verwendungszweck: LSL Olching 2019

**Ich melde mich verbindlich für den Kurs " Lieben – Scheitern – Leben" in Olching an**

Name: ..... Vorname: .....  
Straße, Nr.: ..... PLZ, Ort: .....  
Telefon: ..... E-Mail: .....  
Sind Sie geschieden? ..... Seit wann? ..... Haben Sie Kinder? .....  
In welchem Alter? .....  
Bemerkung: .....  
.....  
.....  
Datum: ..... Unterschrift: .....