

# Starke Mütter - Starke Töchter

Zwischen Verbundenheit  
und notwendiger  
Abgrenzung

## Nachfolgeseminar

Katholische Erwachsenenbildung  
im Bistum Regensburg e.V.  
Spindlhofstr. 23  
93128 Regenstein

Kontakt:

### KEB im Bistum Regensburg

Elli Meyer  
Spindlhofstraße 23  
93128 Regenstein  
Tel. 09402 / 9477-12 oder -0  
erwachsenenbildung@bistum-regensburg.de



Bild: © Photographee.eu|98405007—Intergenerational friendship between women|Fotolia.com



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

Freitag - Samstag,  
12. / 13. November 2021



Schloss Spindlhof,  
Regenstein

# Starke Mütter - Starke Töchter

## Zwischen liebevoller Verbundenheit und notwendiger Abgrenzung

Auf mehrfachen Wunsch von Kursteilnehmerinnen bieten wir ein Nachfolgeseminar zu „Starke Mütter - starke Töchter“ an. Im ersten Seminar, das als sehr intensiv und anregend erlebt wurde, konnten wir nicht auf alle Anliegen und Themen eingehen. Vielleicht sind im Nachgang auch noch weitere Fragen und Anliegen aufgetaucht.

Rückblick auf die Zeit seit dem letzten Seminar:

- **Was hat nach dem letzten Seminar in mir weitergewirkt:** was hat sich vertieft, befriedet, geklärt, verändert in der Beziehung zu mir selbst als Frau, als Tochter und evtl. als Mutter meiner Tochter?
- **Was ist offen geblieben?** Wo möchte ich genauer hinschauen und was beschäftigt mich aktuell in meinem Mutter-Tochter-Verhältnis?

### Folgende weitere Themen sind möglich:

- Wie kann ich als Mutter gut für mich sorgen und umgekehrt auch für mich als Tochter?
- Welche Rolle habe ich in der Kindheit gegenüber meiner Mutter eingenommen, welche habe ich jetzt als erwachsene Frau?
- Welchen Einfluss hat der anwesende oder abwesende Vater auf die Beziehung zwischen Mutter und Tochter?
- Wie gehe ich mit den gegenseitigen Erwartungen und Wünschen um? Wie viel Nähe möchte ich haben, wie grenze ich mich in gesunder Weise ab?
- Wie gebe ich wertschätzende Rückmeldung und konstruktive Kritik?
- Oft entstehen im Gespräch Missverständnisse - wie kann ich zu einer guten Kommunikation beitragen?

Vielleicht habt ihr aber noch ganz andere Anliegen und Wünsche an das Seminar? Darauf wollen wir vor allem eingehen.

Freitag, 12. November 2021, 17.30 Uhr  
bis  
Samstag, 13. November 2021, 17.30 Uhr

### Bitte mitbringen:

Bitte bringt **Fotos** mit von euch und eurer Mutter, sowie eurer Oma mütterlicherseits - falls vorhanden, aus der Kindheit und aus der Gegenwart (falls eure Mutter schon verstorben ist, aus der letzten Zeit, eures Zusammens-  
eins).

### Referentin:



**Angela Leierseder,**  
Dipl. Religionspädagogin,  
Familientherapeutin,  
seit 1989 im EKG-Projekt

Teilnehmen könnt  
ihr allein, mit Mutter  
oder Tochter

### Kosten:

- Kursgebühr für
- EKG-Leiterinnen und KDFB-Mitglieder:  
88,00 € inkl. ÜB / EZ / Verpflegung
  - alle weiteren Interessentinnen:  
108,00 € inkl. ÜB / EZ / Verpflegung

(Rechnung mit der Anmeldebestätigung,  
ca. 10 Tage vor der Veranstaltung,  
Zahlungsziel 10.11.2021,  
Fahrkosten werden nicht erstattet)

**Anmeldung:** bis Dienstag, 02.11.2021  
schriftlich oder per Mail an  
erwachsenenbildung@bistum-regensburg.de

### Hinweis:

Es gilt im Bildungshaus Schloss Spindlhof die 3G-Regel (siehe Sonderinformationen: [www.spindlhof.de/infos#corona](http://www.spindlhof.de/infos#corona)) und das Hygienekonzept der KEB im Bistum Regensburg e.V. (siehe: [www.keb-regensburg.de/service/hygienekonzept/](http://www.keb-regensburg.de/service/hygienekonzept/))

## „Starke Mütter - Starke Töchter“

am Fr. - Sa. 12./13. November 2021

### Anmeldung:

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ (Straße)

\_\_\_\_\_ (PLZ, Ort)

\_\_\_\_\_ (E-Mail)

\_\_\_\_\_ (Tel.)

(Anmerkungen)

Ich bin KDFB-Mitglied.

Übernachtung im EZ

Ich wünsche vegetarisches Essen.

Für die **Kursgebühr** (88,- € bzw. 108,- €) erhalten Sie eine Rechnung - Zahlungsziel 10.11.2021

Es gelten unsere AGB - siehe unsere Homepage unter: [www.keb-regensburg.de/agb/](http://www.keb-regensburg.de/agb/) und die aktuellen Corona-Hygiene-Vorschriften.

Datum

Unterschrift