

...habe ich mich für die Zertifizierung und wurde im Januar 2024 beim Center for Nonviolent Communication als Trainerkandidat registriert.» Zwischenzeitlich bietet Rolf Bachmann als Trainer Ausbildungen, Grund- und Weiterbildungskurse in gewaltfreier Kommunikation an. Das Handlungs-

...munkation basiert auf vier grundlegenden Schritten. Im ersten Schritt erkennt man die Beobachtungen und trennt sie von Interpretationen und Urteilen. Man sammelt Fakten, die objektiv nachvollziehbar sind. «All das, was eine Kamera aufnehmen könnte», lautet eine gängige Faustformel. Als

...wahrheiten Kommunikation. Das klingt dann nach «Giraffensprache», führt aber zu einer Irritation beim angesprochenen Menschen.» Das sei aber kein Stolperstein, der nur die gewaltfreie Kommunikation betreffe, sondern eher ein genereller Fallstrick in der Kommunikation. «Der zweite Stol-

...wickel. Daran ist ein wohlwollender fast schon partnerschaftlicher Umgang mit sich selbst entstanden. «Die Beziehungen von mir zu meinen Mitmenschen haben sich markant entspannt. Ich kann heute verstehen, dass viele Mitmenschen im Grunde sehr ähnlich sind wie ich.»

**MER HEI E VEREIN:** Ökumenische Paarberatung Aargau

# Beratung in allen Lebenslagen

Der Verein Ökumenische Paarberatung wurde vor 44 Jahren gegründet, um Menschen in schwierigen Partnerschaftssituationen zu helfen.

1980 haben sich römisch-katholische und evangelisch-reformierte Kirchenmeinden in den Bezirken Brugg, Laufenburg und Rheinfelden zu einem Verein zusammengeschlossen, um eine ökumenische Paarberatungsstelle zu realisieren.

Dank den finanziellen Beiträgen konnten der Betrieb der Beratungsstelle und sozialverträgliche Tarife für die Ratsuchenden seither gewährleistet werden. Die Beraterinnen be- gegnen Menschen offen, vorbehaltlos, wohlwollend und teilnehmend. Sie orientieren sich bei ihrer Arbeit an einem humanistischen, ganzheitlichen und christlichen Menschenbild. Im Zentrum stehen Werte wie Achtung, Respekt, Akzeptanz und Aufrichtigkeit.

Derzeit besteht das Beratungsteam aus Cora Burgdorfer und Ladina



Die Beraterinnen Cora Burgdorfer und Ladina Waldmeier

Waldmeier. In ihrer Praxis gehen die beiden Psychologinnen davon aus, dass Menschen, wie alles Lebendige, ständig mit Veränderungsprozessen konfrontiert sind und dass Probleme und Krisen, die dabei entstehen können, in erster Linie Herausforderungen sind, um den Lebensraum neu zu gestalten. Sie begleiten Menschen in einem Prozess der Persönlichkeits-

und Beziehungsentwicklung, wollen sie unterstützen im Verständnis von Krisen und in der Suche nach einer stimmigen und sinnvollen Neuorientierung ihres Lebens und Zusammenlebens. Sie betonen nicht die Defizite, sondern suchen mit den Klienten nach Möglichkeiten und Chancen zur Stärkung und Weiterentwicklung. Burgdorfer sowie Waldmeier haben

neben ihrer psychologischen Grundausbildung eine spezialisierte Weiterbildung in Paar- und Familientherapie absolviert.

Die Kirchengemeinden, die dem Verein angehören, bilden das Vereinsorgan. An der Delegiertenversammlung, die einmal jährlich stattfindet, sind die Vertreter und Vertreterinnen aller Kirchengemeinden, die Mitglied sind, mit Stimm- und Wahlrecht vertreten. Die Delegiertenversammlung befindet unter anderem über das Budget und wählt den Vereinsvorstand.

[oekberatung.ch](http://oekberatung.ch)

## MER HEI E VEREIN

Die Rubrik ist – in Anlehnung an den bekannten Song von Mani Matter – eine Hommage an all die vielen Vereine der Region. Sind auch Sie Mitglied eines tollen Vereins, den wir hier vorstellen dürfen? Schreiben Sie uns an [redaktion@effingermedien.ch](mailto:redaktion@effingermedien.ch).

merlich ist ausserdem Prolers sieht. Leute ins Vertrauen zu zihen, um ein Gerücht über jemand zu verbreiten, «Ich sage das nur nen», murmelt er dann. Oder wer über jemanden herzieht: «Er müsse sagen, dass andere das so sehen.» Fragen Sie nach Na hat er sie vergessen. Sieht er schlecht aus für «Mannere im man»? Nun ja, hat man keine, man als protziger Holzpflock, man zu viele, als biegsamer Aser. Und schon gar nicht müssen wir uns maniert benehmen ein Schnupfabak-Dosen-Rokk Baron. Und als Frau? Erwa w Sahra Wagenknecht hochgestesene Kostüme tragen. Wert a Umgangformen legen und G Schiller und Thomas Mann ler Hat aber kaum jemandem ges det. [info@valentintrenti.ch](mailto:info@valentintrenti.ch)

Inserat

**Emil Schmid**  
Wettingen



**Zügeln** .....

Mietlagerboxen  
Hausräumungen  
Umzug-Verpackung  
Dorfstrasse 49 · 5430 Wetti  
056 426 42 42 · [emil-schmid@kunkel-tomasi-brockli.ch](mailto:emil-schmid@kunkel-tomasi-brockli.ch)



Möbellag  
Entsorgu  
Hausreir