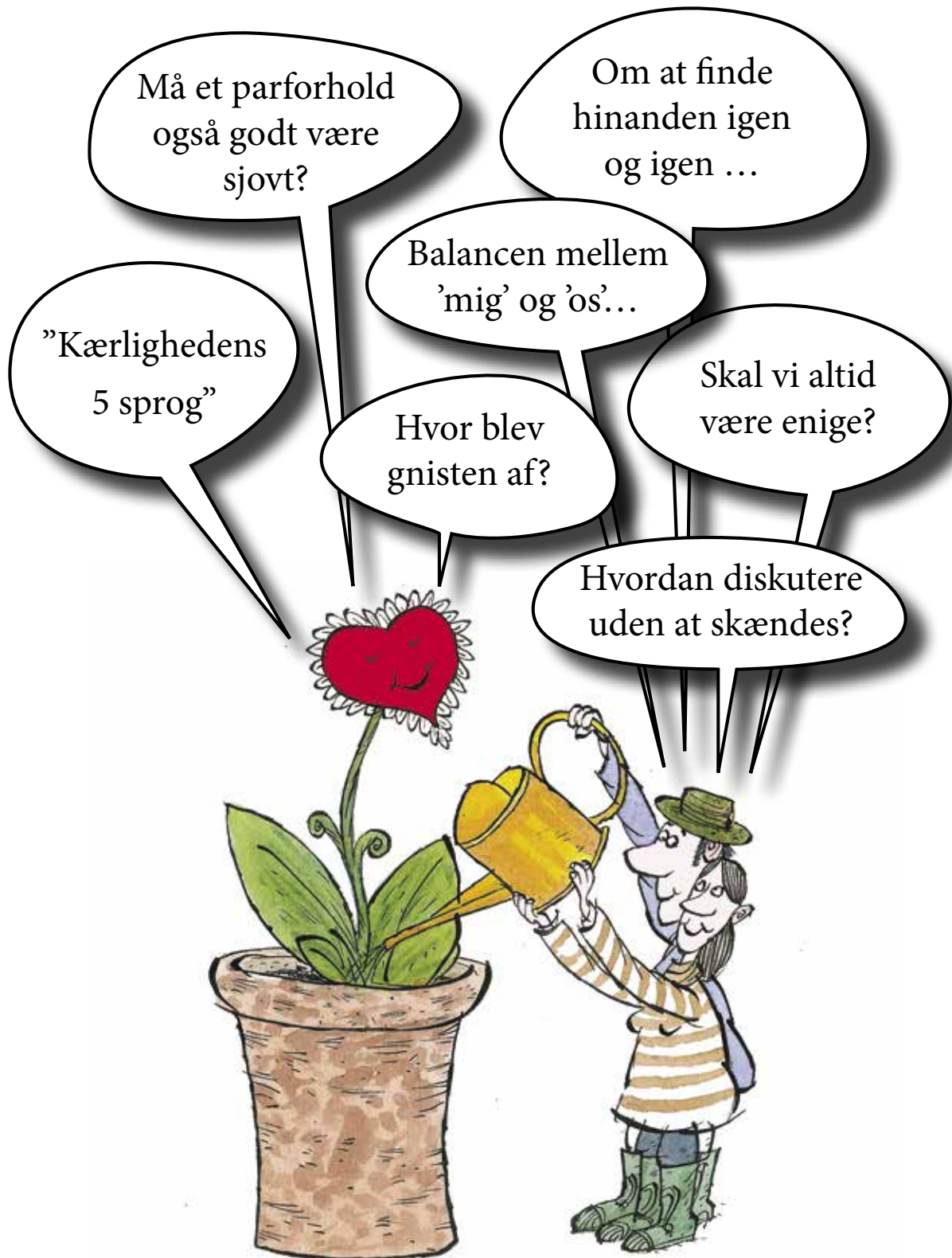


PREP-PAR-KURSUS i Kolding

4 aftener i efteråret 2018



HVAD ER PREP?

PREP er et forskningsbaseret program, der stammer fra universitetet i Denver, USA. PREP står for ”Prevention and Relationship Enhancement Program”. Programmet er hentet til Danmark af ”Center for Familieudvikling”, og PREP kan på dansk frit oversættes til ”Praktiske Redskaber til et Engageret Parforhold”. PREP bygger på forskning i, hvad der hæmmer og fremmer et godt parforhold og har en dokumenteret god effekt. Kurserne er udviklet uafhængigt af politiske og religiøse interesser og udbydes i mange lande.

HVORFOR PAR-KURSUS?

Undersøgelser viser, at der ikke er noget i vores liv, der betyder mere for trivslen end vores parforhold. Samtidig er der mange, der oplever, at det ikke altid er lige nemt at få til at fungere. Forskning viser således, at det ikke er ualmindeligt, at vores tilfredshed med parforholdet daler over tid. Særligt når vi får børn, kan parforholdet blive klemt. Et modtræk til denne virkelighed kan være at gøre noget nyt sammen: Eksempelvis at tage på parkursus med hinanden og hente viden, støtte og ny inspiration. Forelskelsen kom af sig selv. Men kærligheden skal holdes ved lige - gennem medgang, modgang og tomgang. Det gode, slidstærke parforhold, hvor vi trives, er et livslangt projekt.

HVAD FÅR VI VIDEN OM PÅ KURSET?

Eksempler kunne være:

Hvordan plejer vi vores venskab, intimitet og fælles værdier?

Hvordan skaber vi rammer for gode, trygge samtaler?

Hvordan kommunikerer vi klart og personligt?

Hvordan håndterer vi problemer på en konstruktiv måde?

Hvordan møder vi udfordringer som et team?

HVEM ER PREP-PARKURSUS FOR?

Kurset er for alle par – i alle livsfaser og familieformer – der gerne vil gøre noget aktivt for at værne om og udvikle deres forhold. At prioritere hinanden fem kursusaftener er at give et ”energi-boost” til sit parforhold. Det er at unde sig selv og hinanden opmærksomhed og fokuseret ”kærestetid” – midt i en travl og digitaliseret hverdag.

HVORDAN FOREGÅR DET?

Et PREP-parkursus er ikke gruppeterapi eller gruppearbejde, hvor man indvier andre i sine private forhold. Det er derimod holdundervisning, hvor kursusledernes oplæg veksler med det enkelte pars samtale-øvelser om aftenens temaer. Man taler altså kun med sin egen partner i relation til sit eget parforhold.

HVORNÅR FOREGÅR DET?

Kurset foregår følgende onsdag aftener kl. 18.30-21.30:

19. og 26. september, 10. og 24. oktober 2018.

HVAD KOSTER DET?

Det koster kr. 1200,- pr. par for de 4 kursusaftener inklusive undervisningsmateriale samt kaffe/te og kage.

HVOR FORGÅR DET?

Kurset foregår i ”Simon Peters Hus”, Islandsvej 4, 6000 Kolding.

HVEM STÅR FOR KURSET?

Kursusledere er Birgitte & Keld Molin, som er certificerede PREP-kursusledere.

Birgitte er teolog og præst i Simon Peters Kirke, Kolding, del af Folkekirken

Keld er psykolog og sexolog med egen praksis i Kolding.

De er forældre til sønner på 17 og 20 år.

HVORDAN TILMELDER MAN SIG?

Tilmelding finder sted ved at kontakte/skrive til:

Birgitte Molin, bimo@km.dk, 22 46 64 26 eller

Keld Molin, keld.molin@mail.dk, 20 64 75 50.

Ved tilmelding er der brug for jeres navne og kontaktoplysninger.

Det vil være velkomment, hvis I kort præsenterer jer og siger et par ord om, hvad I forventer jer af kurset.

Endelig tilmelding er først foretaget, når kursusafgiften er indbetalt. Det sker over MobilePay på 21 13 97 60 eller ved indbetaling på reg.nr: 3409 og konto-nr. 3409 454755.

Uanset betalingsform skrives følgende tekst:

”Jeres navne. PREP19/9”.

HVOR FÅR VI MERE INFORMATION OM PREP-PARKURSUS:

www.familieudvikling.dk



Simon Peters Hus