

Indlæg til stiftsårbog 2015. PREP: Et tilbud til par på Mors

Hvad er PREP?

Praktiske Redskaber til Engagerede Par!

PREP er et pædagogisk kommunikations redskab til styrkelse af alle parforhold. I første omgang handler det om at skabe så trygt et rum, at hver enkelt bliver set, føler sig tryk, og blive enige om rammerne for samtalerne. Under forløbet mødes man nogle aftner til undervisning, gennemgang af emner og samtaler med sin partner under diskrete forhold.

Gennem indlæg, vil vi se lidt på forskellen mellem forelskelsen og kærligheden. De fleste har forventninger med ind i et parforhold, og der lægges op til at arbejde med egne forventninger og roller. Vi kigger lidt på nogle faresignaler, det at kommunikere med et sprog, som ens partner kan høre og forholde sig til. Mange par bruger meget tid på at snakke, men taler forbi hinanden eller glemmer at lytte. Vi vil bruge tid på at øve Tale- Lytteteknikken.

På kurset ser vi på problemløsning, deler det op i problemafklaring og håndteringen deraf. Der ses på egne værdier og guides i at finde de fælles. Tilgivelse er et centralt og livsbekræftende begreb, som hjælper par med at leve sammen. Seksualitet og sensualitet kan være både sårbart og vanskeligt, her vil der blive givet bud på, hvordan man kan skabe gode rammer for intimiteten.

Forskning viser, at der er mange faktorer, der har en positiv indflydelse på parforholdet. Engagement og forpligtigelse, venskab, hygge og humor. Vi vil gennem hele kurset holde fokus på det, der fremmer et godt parforhold, og være opmærksom på det, der hæmmer. Måske aftales der en videre forpligtigelse med ens partner. Gennem forløbet vil langt de fleste par opleve større forståelse for sig selv og sin partner, hvilket er med til at øge trygheden og tilliden, som er udgangspunktet for ethvert godt personligt forhold.

PREP-konceptets opbygning er ikke en tilfældighed, men er bygget på forskningsbaserede resultater, som i praksis viser sig at være meget effektive.

Et eksempel er, at et af de redskaber, der bruges i PREP ved konfliktafklaring og – håndtering, var et af de redskaber der blev brugt ved et topmøde i Reykjavik på Island i 1986, i forbindelse med "Den kolde krigs afslutning", afholdt mellem Reagan og Gorbatsjov, præsidenterne for henholdsvis USA og Sovjet

Kort historie og statistik

PREP kom til Danmark fra Norge, som har brugt konceptet i en årrække. I Danmark blev PREP lanceret i 2004, og tilbydes til par af undervisere, der er certificerede af Center for Familieudvikling, hvilket er med til at sikre den høje standard, som ligger til grund for arbejdet med PREP. I vinteren 2014 – 15, kørte det første kursus af stablen, i et samarbejde mellem Morsø provsti og Frøslev, Mollerup, Outrup, Dragstrup pastorat.

Ifølge Danmarks statistiks "NYT nr. 129", blev der i 2014 indgået 28.331 vielser i Danmark, mens 19.435 ægtepar blev skilt. Dette er det højeste antal skilsmisser på landsplan nogen sinde. For region Nordjylland er tallene: 2635 vielser og 1800 skilsmisser. Af statistikkerne fremgår det desuden, at det er i det 7. år, der er flest skilsmisser, men alder har også betydning.

Nu er det jo ikke kun tallene der tæller, alligevel mener vi, det er vigtigt at styrke parforholdet mest muligt. Derfor tilbydes et PREP forløb i efteråret 2015, og når søgningen er tilstede, vil der løbende arrangeres nye PREP-forløb. Center for familieudvikling har et motto: "En håndsrækning til voksne, er en gave til børn". Dette bakker vi gerne op om.

Alt i denne verden forfalder af sig selv, udvikling kræver handling. Det kræver gode, men ikke perfekte forhold. Vi skal blive gode til at være mennesker. Vigtig med egen indsats, som kræver en beslutning. Kærlighed er, at elske det uperfekte menneske. Man ser det, og beskytter det mod omverdenen.

Skrevet af *Anne Silkejær*