

Evaluering af PREP-parkursus efteråret 2019

Tid og sted: 14. og 28. august samt 11. og 25. september 2019 kl. 18.30-21.30 i Simon Peters Hus, Islandsvej 4, 6000 Kolding.

Deltagere: 10 par.

Undervisere: Præst og certificeret PREP-kursusleder Birgitte Molin & psykolog, sexolog og certificeret PREP-kursusleder Keld Molin.

Baggrund for parkursus som relevant folkekirkeligt tilbud

Overvejslen har bla. været, hvordan vi som folkekirke byder ind med et relevant tilbud til de 30-60 årige. De udgør en gruppe, der dagligt kræves meget af i familien og på arbejdsmarkedet, og som vi i folkekirken har vanskeligt ved at forekomme relevant for. Tilbud om et parkursus er en oplagt mulighed: Mange lever i parforhold, og forskning viser, at netop parforholdet er den mest afgørende relation, når det gælder oplevelse af trivsel og livskvalitet eller mangel på samme, både individuelt og i familien som helhed. Samtidig viser forskning, at parforholdstilfredsheden typisk daler over tid med de store følger, det i mange tilfælde får for familierne, både voksne og børn.

Formål

Hensigten er at give par en håndsrækning og via forskningsbaserede redskaber styrke deres indbyrdes trivsel og dermed dæmme op for mistrivsel i familierne. Parforholdet er et vigtigt indsatsområde, når vi ønsker at befordre den almindelige families trivsel. Hjemmet og familien er tillige den helt grundlæggende sociale læreplads for børn, så det er nok værd at investere i at udruste hjemmets ledere/rollemodeller (nemlig mor og far) med gode redskaber. I et samfund, hvor halvdelen af alle ægteskaber *ikke* viser sig bæredygtige med de omkostninger dét har, kaldes der på nyorientering, som folkekirken gerne kan være del af. For at leve i parforhold er erfaringsmæssigt slet ikke enkelt; der er brug for redskaber.

Valg af netop PREP-parkursus

Undersøgelser viser, at det anerkendte PREP par kursus er en af de mest effektive indsatser til at forebygge mistrivsel og brud.

Kursusmaterialet er af ”Center for Familieudvikling” blevet tilpasset danske forhold og PREP står nu på dansk for ”*Praktiske redskaber til et engageret parforhold*”.

PREP er et voksenpædagogisk par-kursus-koncept: Et kommunikationskursus, hvor man *kun* arbejder sammen med sin partner. Over 4 kursusaftener arbejdes med 8 temaer, som forskning viser er de mest afgørende for at skabe et bæredygtigt parforhold og dæmme op for mistrivsel. De 8 temaer, der danner kernen i kursets indhold, er: Kærlighed. Tryghed. Kommunikation. Kommunikationsudfordringer. Problemaflklaring. Sex. Forsoning. Vejen videre.

Evaluering

Som kursusledere følte det tilfredsstillende – via oplæg, videoer, rollespil, øvelser - at være med til at formidle gode redskaber og facilitere 10 pars udviklende samtaler med hinanden. Deltagernes obligatoriske evalueringsskemaer er blevet sendt til ”Center for Familieudvikling”, der står for kvalitetssikring af PREP-parkurserne i Danmark.

Nedenstående udsagn spejler dog meget godt deltagernes generelle evaluering: 31-årig kvinde – helhedsvurdering af kurset: *”Vi er blevet klogere på os selv og fundet ud af, at de udfordringer, vi havde med hinanden, nemt kunne løses med de rette redskaber, som vi nu har fået. Vil kun anbefale det til andre.”*

57-årig mand - helhedsvurdering af kurset: *”Det var fantastiske rammer at være i og fantastisk opvarmning: kaffe og kage. Vi følte os meget velkomne. Indholdet var godt med relevante emner.”*

Tak til provstiudvalget og initiativpuljen

Vi takker provstiudvalget for støtten fra initiativpuljen og dermed åbenheden for at gøre PREP-parkursus til et *fælles provstiprojekt*, da det er og bliver et *specialtilbud*, som det er vanskeligt at skaffe tilstrækkeligt med deltagere til i et enkelt sogn.

Vi tænker, at et provstitilbud om at komme på kursus som par kun kan opfattes som et positivt folkekirkeligt signal om, at kirken ikke bare vier og begraver folk, men rent faktisk også interesserer sig for og støtter op om dem midt i det krævende, levede liv. Tilbud om parkursus er *diakoni* anno 2019: Tjeneste for, omsorg for ikke mindst de mennesker mellem 30 og 60, som løfter mange opgaver i vores samfund, men dermed også er under pres. Kolding provsti bidrager med dette projekt til en nærværende og solidarisk kirke.

Med venlig hilsen

Birgitte & Keld Molin
PREP-parkursusledere

