

PREP er ikke terapi,
men behagelig
introduktion
til samtaleværktøjer.
- Deltager



Tirsdage kl. 17.30-21.30
29. oktober 2024 samt
12. 19. og 26. november



Kr. 1.395,- for deltagelse
inkl. kursusmaterialer
og forplejning



Nørrelandskirken
Døesvej 1
7500 Holstebro

SU

10. oktober 2024
prepholstebro@gmail.com



Torben



Else Marie



Trine



Karen

Har du spørgsmål?
Kontakt Karin Juul Jensen - 2441 0001

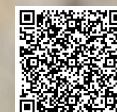
PREP - En del af Kirkernes Sociale Arbejde i Holstebro



KOMMUNIKATION FOR PAR



Et rigtig godt kursus!
Glæder mig til at
komme hjem og
arbejde videre
med redskaberne.
- Deltager



PREP

Praktiske Redskaber til et Engageret Parforhold

Hvorfor parkursus?

Kurset er for par i alle aldre, der ønsker at arbejde med deres parforhold og give det et eftersyn.

For at fremme et godt og trygt parforhold, er der god grund til at bruge tid på at give kærligheden gode betingelser i en travl hverdag.

Forelskelsen kom af sig selv, men kærligheden skal holdes ved lige. Det kræver, at vi arbejder på det.

Forskning har påvist, at par, der dygtiggør sig gennem et PREP-kursus har større tilfredshed i relationen - og større trivsel.



“

Parkurset gav os to gode dage sammen med hjælp til at dykke ned i vores parforholds sårbarheder og ressourcer. Vi fik fundet gammel og ny kærlighed til hinanden og god forståelse, strategier og redskaber til et bedre parforhold. Tak for det.

- Deltagerpar

FAKTABOKS

PREP er udviklet på baggrund af over 30 års forskning ved universitetet i Denver, USA med god effekt.

PREP står for Prevention and Relationship Enhancement Program - på dansk Praktiske Redskaber til Engageret Parforhold.

Hvad er PREP?

Et PREP kursus træner par i at have samtaler, hvor begge parter bliver hørt og forstået.

PREP er et undervisningstilbud og skal ikke forveksles med parterapi.

Kurset foregår som holdundervisning og suppleres med private samtaler parrene imellem.

Der er ikke gruppearbejde på kurset, og ingen par forventes at fortælle andre kursusedtagere om deres private liv.

Der bliver vekslet mellem korte oplæg og filmklip med udgangspunkt i forskellige temaer. Mellem hvert tema er der tid til, at man taler med sin partner om de forskellige emner i relation til ens eget forhold.

Hvordan kan vi...

- 1 Pleje kærligheden i hverdagen?
- 2 Skabe rammer for den gode samtale?
- 3 Møde udfordringer i fællesskab?
- 4 Bevare og pleje vores venskab, intimitet og fælles værdier?



LÆS MERE PÅ

www.kirkernessocialearbejde.dk/holstebro/partilbud