



Information til forældre om PREP
Praktiske Redskaber til et Engageret Parforhold
– Et kommunikationskursus for par

Hvad er PREP?

At udvikle et godt parforhold og trykke familier, er noget de fleste ønsker. Det er dog ikke altid lige til i en ofte travl og kaotisk hverdag. På et PREP-parkursus kan I få inspiration til, hvordan I bedre kan kommunikere omkring jeres parforhold, kærligheds- og familieliv.

PREP er et relationsudviklende kursus for par med børn under 18 år, der gerne vil blive sammen. Det er ikke terapi, men et kommunikationskursus, hvor I får nye perspektiver på jeres samliv og få viden om og redskaber til at håndtere jeres problemer og styrke jeres indbyrdes kommunikation og dermed jeres parforhold.

Høje-Taastrup Kommune tilbyder kurset, fordi:

- det har stor betydning for børn, at deres forældre har en god kommunikation
- børn har brug for, at forældre forsøger at håndtere deres problemer på en hensigtsmæssig måde i en travl hverdag
- I som forældre får viden om, hvad der fremmer og hæmmer et godt samliv og dermed et godt familieliv

Hvordan foregår forældrekurset?

Kursusformen er dynamisk, hvor der veksles mellem undervisning og øvelser. I undervisningen indgår både videoklip, situationsspil, samtale med egen partner og træning af færdigheder.

Undervisningen er fælles og suppleres af opgaver, som du og din partner kan arbejde med. Ingen par skal altså fortælle andre kursusedtagere om deres parforhold.

I Høje-Taastrup udbydes PREP både som aften – og weekendkurser.

I kommer ind på følgende temaer:

- Hvilke forventninger har I til forholdet og til hinanden, og hvordan præger det jeres relation?
- Hvordan kan I konkret skabe rammer for gode samtaler?
- Hvordan kan I møde udfordringer i fællesskab?
- Hvordan bevarer og plejer I jeres venskab, intimitet og fælles værdier?
- Hvordan kan I pleje kærligheden i hverdagen?

Hvorfor vælge PREP?

- Fordi kurset fokuserer på at give jer konkrete redskaber, viden og råd, som I kan bruge til at styrke jeres forhold i det daglige og forebygge et eventuelt brud
- Fordi I bliver trænet i kommunikationsteknikker, der er udviklet til at håndtere af problemer i parforholdet
- Fordi jeres børn har stor glæde af, at I som forældre afsætter tid til at pleje og udvikle jeres forhold
- Fordi kærlighed og samliv er foranderlige størrelser, der har behov for pleje

Hvordan bliver man tilmeldt PREP?

Er I som forældre interesserede i at deltage i kurset, skal I udfylde et ansøgningsskema, som I finder på Høje-Taastrup Kommunes hjemmeside www.htk.dk/PREP.

Hvis I har spørgsmål, kan I ringe til Mette Kristiansen, pædagog i Familiens Hus: MetteKr@htk.dk. Telefon: 20269913

På grund af et begrænset antal pladser vil I blive kontaktet om, hvorvidt I er kommet med på kurset.



Gruppeledere

Mette Anne Kristiansen

Pædagog, Familiens hus
E-mail: MetteKr@htk.dk



Beate Wiik

Sundhedsplejerske
E-mail: BeateWi@htk.dk



Lasse Meinert Jensen

Psykolog, PPR
E-mail: LasseJe@htk.dk



Kursusstart, ansøgningsfrist og yderligere oplysninger

Læs mere om kursets målgruppe, kursusstart, tilmelding og frister m.m. på:
www.htk.dk/PREP

