

# INBJUDAN TILL LEDARUTBILDNING I PREP

PREP är en kurs för par som vill stärka sin relation. PREP är friskvård för parrelationen.

Kursen består av samlingar, omfattande sammanlagt ca 17 timmar. Dessa innehåller kommunikationsövningar, träning i konflikthantering och samtal om ämnen som enligt forskningen är viktiga för ett par att ha en god kommunikation kring. Kursen ger många konkreta råd och verktyg som paren applicerar på sin egen situation.

PREP har sitt ursprung vid universitetet i Denver i USA. PREP är baserad på forskning och är den parkurs som har mest vetenskaplig dokumentation. Kurs och material har bearbetats och anpassats till svenska förhållanden. I Sverige är Sensus studieförbund huvudman för PREP. Det innebär att Sensus producerar det svenska PREP-materialet, att PREP-kurserna sker i samarbete med Sensus och att ledare utbildas och får stöd av Sensus. (Läs mer om PREP: [www.sensus.se/prep](http://www.sensus.se/prep))

## Kursledarutbildningen

I ledarutbildningen ingår bland annat dessa ämnen:

- Förälskelse, kärlek och vänskap
- Trygghet och kommunikation
- Hantera stress tillsammans
- Intimitet och sexualitet
- Håll liv i glädjen
- Hängivenhet och förpliktelse (commitment).

I ledarutbildningen ingår teoretiska moment och träning av de färdigheter som PREP-kursen förmedlar.

En PREP-kurs ska ha två utbildade PREP-ledare, både man och kvinna. PREP-ledare bör ha högskoleutbildning och sin bakgrund i pedagogiskt eller människovårdande arbete.

- Tid:** 5 - 7 nov. 2019 start kl.12 på tisdag. med lunch och avslut kl.15.00 på torsdag.  
**Plats:** Hagabergs kurs- och konferensgård, Södertälje ([www.hagabergfhs.se](http://www.hagabergfhs.se))  
**Kursledare:** Kerstin Selén och Christer Käck  
**Pris:** 8 800 kr inkl. kost, logi (eget rum med dusch och toa) och kursmaterial  
**Anmälan:** Till [kerstin.selen@sensus.se](mailto:kerstin.selen@sensus.se) senast den 23 september. Anmälan är bindande.  
**Litteratur:** Vi rekommenderar att kursdeltagare bekantat sig med PREP genom att läsa boken *Verktyg för varaktig kärlek, Verbum*. Boken är en översättning av en tidigare utgåva av *Fighting for your Marriage*. Nyutgåvan av amerikanska *Fighting for your Marriage* är uppdaterad med aktuell forskning och är dessutom billigare (nätbokhandeln rekommenderas).  
**Mer info:** Kerstin Selén, 0708-53 03 16 eller [kerstin.selen@sensus.se](mailto:kerstin.selen@sensus.se)



**sensus**