



CENTER FOR FAMILIEUDVIKLING

ØSTERGADE (STRØGET) 5, 2.  
1100 KØBENHAVN K  
TLF.: 25 38 10 14  
JRR@FAMILIEUDVIKLING.DK

**PRESSEMEDDELELSE**  
**23-04-2014**

## **PREP-kurser udvikler parforholdet og forebygger brud**

**Forebyggende kommunikationskursus for par har en markant positiv effekt på parrets psykiske trivsel og oplevelsen af tilfredshed i parforholdet. Omfanget af konflikter falder markant, viser evaluering fra Center for Familieudvikling. Ny SFI-rapport konkluderer i dag, at PREP internationalt er det mest veldokumenterede interventionsprogram for par.**

Et forebyggende kursus på 15 timer kan sikre et markant fald i omfanget af konflikter og giver deltagerne en signifikant forbedret oplevelse af deres parforhold. Kurset bygger på mere end 30 års international samlivsforskning og kaldes PREP, som er en forkortelse for *Prevention and Relationship Enhancement Program*.

Siden 2010 har danske par med børn under 18 år haft mulighed for at deltage på kurset på Center for Familieudvikling med støtte fra satspuljemidler. Siden indgangen til 2012 er alle kursister, der har deltaget med statsstøtte, blevet bedt om at besvare et spørgeskema vedr. deres oplevelse af parforholdet *før* kursusstart og tre måneder *efter* kursets afslutning. De foreløbige resultater baserer sig på 1.113 besvarelser før kursusstart og 780 besvarelser efter. Besvarelserne viser bl.a.:

- En signifikant stigning i tilfredsheden med parforholdet efter kursUSDeltagelse
- 70 pct. svarer, at kurset har mindsket deres konfliktniveau
- Et signifikant fald i frekvensen af skænderier – før kurset oplevede 61 pct. skænderier dagligt eller ugentligt. Tre måneder efter er tallet nede på 24, 6 pct.
- 55 pct. svarer, at kurset ”i høj grad” eller ”meget høj grad” har haft udbytte ift. parrets interne kommunikation

På baggrund af de foreløbige resultater udtaler samlivsforsker dr. psychol. Frode Thuen, Bergen University College, at ”resultaterne tegner et særdeles positivt billede af PREP-kursets muligheder for at forbedre vilkårene for parforholdet, og derigennem styrke barnets opvækstbetingelser”:

”Resultaterne giver en klar indikation af, at PREP-kurset har positive effekter på deltagerne. Det gælder både i forhold til kursisternes tilfredshed med deres parforhold, oplevelsen af konflikter i parforholdet og risikoen for samlivsbrud. Dertil ser det ud til, at kursUSDeltagerne også har udviklet bedre psykisk trivsel af at deltage på PREP-kurset, og at det har haft effekt på deres børns trivsel”.

### **SFI: PREP er mest veldokumenteret**

I dag udgiver Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (SFI) også en rapport, der omhandler PREP. SFI har gennemgået en række studier af 13 forskellige interventionsprogrammer for par og konkluderer, at PREP og to andre programmer har en positiv virkning på parrenes samliv. Rapporten konkluderer også, og at PREP er det mest veldokumenterede af programmerne.

”Flere internationale studier viser, at det har haft en gavnlig effekt for de par, der deltog – par, der havde vidt forskellige baggrunde og problemer”, skriver SFI bl.a. i sin pressemeddelelse.

PREP kursets indhold er især udviklet ved Denver University i Colorado, USA. Kurset sætter ind forebyggende og giver kursisterne praktiske kommunikationsredskaber og viden om deres egen rolle og indvirkning i parforholdet, viden om konstruktive og nedbrydende kommunikationsmønstre samt inspiration til, hvordan de kan pleje deres parforhold og udvikle et godt samarbejde.

Leder af Center for Familieudvikling, psykolog Annette Due Madsen, peger på, at mange parforhold i dag går i opløsning, bl.a. fordi vi i Danmark har for lidt tradition for at tænke forebyggelse på familie- og relationsområdet. Her kan et PREP-kursus være et positivt bidrag til forandring.

”Vi ved fra international forskning, at undervisning til par kan forbedre trivselen i forholdet markant. Vores nye resultater understøtter denne viden og må minde os om det store potentiale, der er i en tidlig indsats. Vi bør som samfund sætte forebyggende ind på dette område, nøjagtig som vi tænker forebyggende på andre sundhedsområder”.

Center for Familieudvikling er en selvstændig non-profit organisation, som blev etableret i 2004 for at give hjælp til at opbygge gode relationer og forebygge brud i familier. Centret er drevet med økonomisk støtte private fonde.

Læs mere på [www.familieudvikling.dk](http://www.familieudvikling.dk)