



PREP

Paarisuhte Rahulolu Edendamise Programm

SA Väärtustades Elu alustab PREP-paarisuhtekoolitajate III väljaõppega

PREP - Paarisuhtega Rahulolu Edendamise Programm (The Prevention and Relationship Enhancement Program) on paarisuhte tugevdav ja probleeme, s.h lahutusi ennetav koolitusprogramm, mis on välja töötatud Denveri Ülikoolis Colorados ja põhineb enam kui 30 aasta jooksul läbiviidud empiirilistel uuringutel kooselu ja paarisuhte vallas.

PREP on maailmas üks enimuuritud ja pikema mõjuulatusega programm. Koostöös Tartu Ülikooliga viidi 2015. a läbi PREP-i efektiivsusuuring, mille tulemused kinnitasid ka Eesti kontekstis, et programm alandab märkmisväärselt osalenute ärevus- ja depressioonitaset. Samuti tõstab programm paarisuhtega rahulolu ja turvalisust, seda eriti naiste seas.

Eestis on alates 2009. a kasutusel siinsetele tingimustele kohandatud PREP-i versioon ning praeguseks on PREP-koolitustel osalenud üle 1600 inimese.

PREP-paarisuhtekoolitus on täiskasvanute täiendkoolituse vorm, mis:

- käsitleb erinevaid võimalusi, kuidas ühine rõõm, lõbu, sensuaalsus, seksuaalsus ja sõprus aitavad murda igapäevarutiini ning hoida ja taastekitada lähedust paarisuhtes;
- pöörab tähelepanu efektiivsete suhtlemis- ja probleemilahendusoskuste loomisele ja arendamisele paaride vahel;
- aitab teadvustada ja vajadusel kohandada ettekujutusi ja ootusi paarisuhte rollidest ning muudest kooselu aspektidest;
- innustab pühendumisele ja kohusetundele ning aitab näha kooselu pikaajalise partnerlusena.

Väljaõpe sisaldab: koolitajatele mõeldud programmianalüüsi läbimist, superviseeritud praktikat (PREP-paarisuhtekoolituste läbiviimine koos kaaskoolitajaga kahele grupile).

Väljaõpe toimub: Tallinnas, jaanuar 2017 – detsember 2017 s.h programmianalüüs 10.-11.01.2017, superviseeritud praktikagruppide läbiviimine ning kaks

grupisupervisiooni päeva (kuupäevad lepatakse kokku hiljem).

Koolitajad: Karmen Maikalu, psühholoog-psühhoterapeut ja Andres Sild, psühhiaater-psühhoterapeut.

Koolitusel osalejatelt ootame:

- soovi aidata paarisuhtes olevaid inimesi läbi PREP–paarisuhtekoolituse;
- isikliku paarisuhte kogemust;
- soovitatavalt kõrgharidust;
- töökogemust psühholoogia, pedagoogika, sotsiaaltöö või teoloogia vallas;
- edukat koolitajakogemust peresuhete või suhtlemispsühholoogia vallas;
- positiivset ellusuhtumist, pingetaluvust, abivalmidust, väga head eneseväljendus- ja suhtlemisoskust;
- valmisolekut koos kaaskoolitajaga müüa ja läbi viia koolituse jooksul kaks superviseeritavat praktikagrappi;
- valmisolekut oma aja ja energia panustamiseks ning aktiivseks koolitamiseks, s.h koolitusgruppide müümiseks koostöös SA-ga Väärtustades Elu.

Eeldused koolitusel osalemiseks: CV ja motivatsioonikirja saatmine, tutvumisvestluse edukas läbimine, eelnev PREP–paarisuhtekoolituse läbimine koos oma partneriga (kel koolitus oma partneriga läbimata, nende jaoks on avatud grupid: www.prep.ee/kalender)

Koolituse maksumus: 650 EUR inimene

Soodushind 450 EUR kehtib juhul, kui ühest perest kandideerib mitu inimest (abikaasad või elukaaslased), kokku 900 EUR.

Võimalik tasuta osade kaupa kuni 10. jaanuar 2017.

Hind sisaldab vastuvõtuintervjuud, koolitusmaterjale, teooria- ja programmianalüüsi päevi 10.-11.01.2017, praktikagrappide supervisiooni ja kahte grupisupervisiooni päeva.

Tulemus: koolituse edukalt läbinud ja koolituse eest lõplikult tasunud osalejad omandavad õiguse taotleda PREP–paarisuhtekoolituse koolitaja litsentsi ja viia läbi koolitusgruppe PREP7 redaktsiooni alusel.

Koolitusele registreerumine: CV ja motivatsioonikiri palume saata hiljemalt 15. oktoobriks 2016 e-posti aadressile: maikalu@gmail.com

Info: www.prep.ee, maikalu@gmail.com