

FÖREBYGG RELATIONSPROBLEM MED PARK



Parrelationskraft (PARK) hjälper par i relationer i ett så tidigt skede som möjligt, innan problem uppstår. Respekt och dialog är nyckelord.

Förebyggande åtgärder

– De flesta av oss lever någongång i livet i en parrelation, men det finns fortfarande väldigt lite stöd att få för par som vill reflektera över sin relation och förebygga eventuella problemsituationer, berättar **Pia Rosengård-Andersson**, sakkunnig i familjearbete vid Folkhälsan i Vasa.

Det här ville Folkhälsan ändra på när man 2009 inledde projektet Parrelationskraft (PARK). Syftet med PARK är att stöda par och enskilda, och hjälpa dem att förebygga och minska respektlöshet och våld i relationer. Ofta sätts reparerande åtgärder in när olika problem redan har uppstått. Det finns många så kallade reparerande program bland annat vid drog- eller alkoholmissbruk och våldsrelaterade problem, men väldigt få förebyggande åtgärder. PARK strävar efter att göra någonting åt detta.

– PARK består av material i olika moduler. Vi har till exempel en FöräldraPARK, som behandlar problem som kan uppstå när parrelationen utökas med barn, och en NyPARK, som är ett underlag för dialoger kring parrelationen i ombildade familjer. Sedan finns det också en StarkPARK och en FestPARK under bearbetning, säger Rosengård-Andersson.

Någonting för alla

I samarbete med Folkhälsan ordnar CLL en PARK-utbildning i Åbo 21-22.3.2013. Utbildningen riktar sig till professionella inom hälso-, sjukvård och det sociala området, men också till enskilda eller par som vill bekanta sig med PARK som privatpersoner. Varje modul innehåller en forskningsbaserad föreläsningsdel och en upplevelsebaserad del.

– Upplevelsebiten kan handla om att man diskuterar åsiktsfrågor och gör olika övningar. Det är upp till deltagarna hur man jobbar och använder materialet, säger Rosengård-Andersson.

Under utbildningen i Åbo behandlas i huvudsak modulerna FöräldraPARK och NyPARK, men det finns också möjlighet att bekanta sig med DatePARK, som är ett diskussionsmaterial för ungdomar. I materialet återges bland annat forskning av **Malena Björkgren**, doktor i teologi vid Åbo Akademi. Björkgren har skrivit sin doktorsavhandling om våld i parrelationer.

– PARK belyser vikten av respekt och dialog i en parrelation. Det handlar om ett förhållningssätt snarare än ett handlingsätt, förklarar Rosengård-Andersson.

[Mer information om utbildningen i Åbo >>>](#)

Maria Johansson