

DE MARRIAGE COURSE



HOE ONTWIKKEL JE EEN HUWELIJK DAT EEN LEVEN LANG MEE GAAT ?

Wat is de Marriage Course?

De Marriage Course is een cursus van zeven avonden ontwikkeld om ieder echtpaar (jong en oud) te helpen hun relatie te versterken. Om te werken aan een sterk en gezond huwelijk dat een leven lang duurt.

De cursus biedt een geweldige mogelijkheid om samen - op een leuke manier - meer tijd te besteden aan je relatie. De cursus gaat over onderwerpen die door alle drukte gemakkelijk aan de aandacht kunnen ontsnappen.

De Marriage Course is heel praktisch van aard en geeft je handvatten om je te helpen je huwelijk te versterken.

Tijdens de cursus eet je iedere week samen, luister je naar een inleiding en is er daarna veel tijd om de onderwerpen samen door te praten. Er vinden geen groepsdiscussies plaats en er wordt je niet gevraagd iets over je relatie aan iemand anders te vertellen. De hele cursus is er opgericht om jullie samen te laten praten.

"De Bijbel zegt ons niet alleen wat een huwelijk is, maar leert ons ook hoe we er ons leven lang aan moeten bouwen."

Voor wie?

De Marriage Course is voor ieder stel dat wil samenwerken aan en investeren in hun relatie. Het maakt niet uit of je minder dan twee jaar of meer dan dertig jaar getrouwd bent.

Als je al een sterk huwelijk hebt, zal deze cursus je helpen je relatie verder te verbeteren.

Als je huwelijk wat moeizaam is omdat je worstelt met bepaalde zaken, geeft de cursus je hele praktische tips om je te helpen aan de moeilijke punten te werken.

Het kan ook zijn dat je voor een nieuwe uitdaging in je huwelijk staat, bijvoorbeeld de geboorte van een kind, een verandering in carrière, verdriet waarmee een van de twee geconfronteerd wordt, lastige pubers, enz. Het is goed om daar samen mee aan de slag te gaan en deze cursus helpt je daarbij.

Hoewel de cursus is gebaseerd op christelijke principes, is de cursus geschikt voor ieder stel met of zonder christelijke geloofsovertuiging. Veel stellen die niet gelovig zijn hebben genoten van de cursus en er profijt van gehad.

"De Bijbel zegt ons niet alleen wat een huwelijk is, maar leert ons ook hoe we er ons leven lang aan moeten bouwen."

Inhoud?

De onderwerpen zijn:

- Sterke fundamenten leggen
- De kunst van het communiceren
- Conflicten oplossen
- Kracht van vergeving
- Ouders en schoonouders
- Goede seks
- Liefde in actie

De avonden zien er als volgt uit:

Praatje – iedere avond wordt er een inleiding gehouden. Soms vertellen de cursusleiders iets over het onderwerp en soms worden er aansprekende dvd's gebruikt.

Koffie en discussie – tijdens de inleiding, krijg je als echtpaar opdrachten die je samen uitvoert. Daarna praat je aan de hand van vragen door over het onderwerp.

Huiswerk – aan het eind van iedere avond krijg je wat huiswerk op, dat je samen als stel maakt ter voorbereiding op de volgende cursusavond. Niemand anders krijgt dat te zien, het helpt jullie om samen het gesprek ook thuis verder voort te zetten.

Etentje – de laatste avond sluiten we af met een etentje met zijn allen.

"Je leert ook om per week tijd in te plannen voor elkaar. En dat doen we nu ook, elke week wel even."

Kosten?

De kosten per echtpaar bedragen 50,- Dit is inclusief een leesboek en twee werkboeken.

"Het huwelijk vergt onderhoud en dat negeren is de slechtste dienst die je je partner en jezelf kunt bewijzen."

Reacties...

Wim en Imma

“Wij hebben een vrij druk leven en niet altijd even veel tijd om te praten. We vonden het dan ook een uitkomst dat we in onze gemeente op de Marriage Course werden geattendeerd. We hebben genoten van de Marriage Course, het was gezellig om zeven avonden echt uit te zijn. We hebben goede gesprekken gevoerd in een ontspannen sfeer. De cursus is heel laagdrempelig. Ik vond 'm heel inhoudelijk, maar ook gezellig en veilig. De cursus maakte ons bewust van de dingen die goed gaan, maar ook van zaken die verbeterd of verdiept konden worden. Wij hebben de cursus echt als een verrijking ervaren.”

Johan en Gerda

Toen Johan en Gerda besloten mee te doen aan de Marriage Course merkte een van hun kinderen geschokt op: “Maar ik dacht dat alles goed was?” Dat hun huwelijk goed is en was, wil Gerda ook benadrukken, toch vond ze het heel leuk om haar relatie eens goed op de agenda te zetten. Haar man heeft een drukke baan en ze hebben drie kinderen in de puberleeftijd. Gerda: “We hebben samen heel goede avonden gehad. We kregen de mogelijkheid om tijd te nemen voor diverse onderwerpen voordat er een aanleiding voor is. Bij het onderwerp familie en schoonfamilie bespraken we bijvoorbeeld wat je hebt meegekregen uit je opvoeding. Je leert ook om per week tijd te plannen voor elkaar. En dat doen we nu ook, elke week wel even. De cursus heeft ons ook handvatten gegeven om dingen op een goede manier te bespreken. Van alle avonden hebben we enorm genoten. We werden ons er door de verschillende opdrachten van bewust hoe goed we elkaar kennen. Er ligt echt een goed fundament. Het heeft ons heel goed gedaan om dat weer eens te beseffen. Er zijn ook stellen die de training als heel zwaar ervaren. Dat is bijvoorbeeld het geval als er dingen aan de orde komen die je niet hebt uitgesproken naar elkaar. Dan is dat heel confronterend.”

Martijn en Corneé

Martijn en Corneé zijn zeven jaar getrouwd. Ze volgden de Marriage Course begin dit jaar. Martijn: “Ik zie het huwelijk als een levenswerk, een beeldhouwwerk waar je de rest van je leven samen aan werkt. Een huwelijk gaat niet in een dag kapot. Het is vaak een sluipend proces waarbij man en vrouw langzaam uit elkaar groeien. De Marriage Course helpt je om met elkaar in gesprek te blijven. Het volgen van de cursus was voor ons dan ook de normaalste zaak van de wereld. Twee dingen staan mij nog heel goed bij van de cursus. Het eerste is dat het gewoon gezellig was. Het was ‘fun’ om even lekker met z’n tweeën weg te zijn. Ik heb ook tijdens de cursus geleerd dat het reserveren van huwelijktijd, speciale tijd voor mijn vrouw en mij alleen, een vaste plek verdient in mijn agenda. Het tweede dat mij is bij gebleven, is dat ik met de beste bedoelingen mijn liefde aan mijn vrouw kan vertolken zonder dat

zij het opmerkt. Waar het om gaat, is dat ik leer om mijn liefde voor mijn vrouw te uiten in een 'taal' die zij verstaat. Je krijgt ook handvatten om beetje bij beetje positief aan je huwelijk te bouwen. Je krijgt bijvoorbeeld inzicht in je eigen manier van conflicten oplossen, of de rol die je ouders in je huwelijk spelen. De cursus kost eigenlijk nauwelijks moeite. Al etend en pratend komen diverse onderwerpen aan de orde. Bovendien gaat het over iets wat mij erg dierbaar is: het huwelijk. Investerings daarin kosten net zoveel moeite als het dagelijkse patroon van eten, drinken en slapen. Het gaat vanzelf. Aan de andere kant wil ik wel eerlijk zijn. De cursus kost wel degelijk moeite. Moeite omdat je steeds jezelf een spiegel voorhoudt. Je moet je kwetsbaar opstellen en bereid zijn om naar je eigen gedrag in je huwelijk te kijken door de ogen van je partner. Dat kost toch wel wat. Het huwelijk vergt onderhoud en dat negeren is de slechtste dienst die je je partner en jezelf kunt bewijzen.”