

Unge par ved, at de ikke vil ned ad samme vej som deres forældre: den, der fører til konflikter og skilsmisse, og derfor går de til parterapi, inden de selv får børn.



UNGE, FORELSKEDE OG TIL PARTERAPI

Flere helt unge par tager timer hos parterapeuten for at lære om det gode forhold og for at forebygge en skilsmisse.

Af JESPER GAARSKJÆR

De har været kærestere i et år. De har endnu ingen børn, men er sikre på, at de gerne vil hinanden fremover – måske resten af livet.

Og derfor går de til parterapi.

Faktisk er tendensen at flere og flere helt unge par møder op hos parterapeuten. Jyllands-Posten har talt med en håndfuld terapeuter, og fire ud af fem kan nikke genkendende til billedet af, at flere unge par søger hjælp for at undgå tunge konflikter i fremtiden.

»Rigtig mange af dem har selv levet i skilsmisser, og de vil så nødtigt igennem det for dem selv og deres børn. De vil have, at det skal være ordentligt,« fortæller familieterapeut Elin Vilhelmsen, der har praksis i Jægerspris på Sjælland.

I Odense er de helt unge par også hyppige gæster hos Tidens Psykologer.

»Vi har mange unge par, som henvender sig – også selv om de kun har været sammen et halvt år eller et år,« fortæller Trine Åskov og tilføjer, at det ud over børn fra forliste ægteskaber især er problemer med jalousi, som får de unge par til at søge hjælp.

Anden kultur

Elin Vilhelmsen har været i faget i mere end 40 år og har specielt set en udvikling med flere unge par inden for de seneste fem år.

»De vil gerne have styr på det, fordi der er kommet en anden kultur omkring det at søge

hjælp,« forklarer hun.

For unge er det ikke så stort et tabu at få hjælp til personlige problemer eller knas i kærligheden. Specielt unge mænd føler sig ikke længere truet på deres maskulinitet ved at modtage terapi, mener psykolog Henriette Junker fra Århus.

»De har en større anerkendelse af, at parforholdet – ligesom bilen har brug for servicetjek, computeren opdatering og karrieren planlægning – også har også brug for opmærksomhed, pleje og bevidst kommunikation,« uddyber hun.

De unge par søger især hjælp for at lære om det gode forhold, og hvordan man tilpasser sig hinanden.

»De ved ikke så meget om,

hvordan det er at være i et forpligtende forhold. De er meget selvstændige i dag,« siger Elin Vilhelmsen.

Pointen er, at unge godt ved, hvad de vil have. De kender deres behov og går efter at få dem indfriet – men har også sværere ved at bøje af for dem.

»Man kan ikke kun være optaget af: Hvad vil jeg have? Når de skal til at være i et par, må de også lære at sige: Hvis jeg vil have det her, hvad skal jeg så give, for at det kan bevares?« siger Elin Vilhelmsen.

Alder giver forskellige konflikter

Problemerne i et parforhold er tit forskellige, alt efter hvor nyt eller gammelt et par er. Elin Vilhelmsen skitserer følgende hovedgrupper blandt sine klienter:

- > De helt unge uden børn. Parret er ofte børn af skilsmisser, og vil forebygge problemer og lære om det gode parforhold og hinandens behov.
- > Par med små børn. Problemerne bundes mest i, at forholdet går op i huslige ting, hvem der skal ned med skraldespanden, etc. Parret glemmer at tage kæresteweekender, holde fri og komme hinanden ved.
- > Par, hvor børnene begynder at flytte hjemmefra. Har levet sammen i 15 år og tænker pludselig: "hov, er du her endnu?". De skal til at genopdage kærligheden og hinanden efter mange år med små børn og praktiske ting.
- > Det ældre par, hvor kærligheden næsten ikke kan føles mere. Skal gøre op med sig selv, om der er noget at hente, eller hvor de har forsømt hinanden.