



”Nytter det noget?”

En aften med fokus på dit parforhold

Omtrent halvdelen af alle parforhold i Danmark ender i skilsmisse. Og statistikken for ”andengangsforhold” er endnu dårligere. Så er der overhovedet noget at gøre ved det? Kan man ændre kursen, også selv om I er gået skævt af hinanden i nogen tid?

Kunne du tænke dig:

- ❖ At kunne være helt dig selv sammen med din partner?
- ❖ At der er plads til, at du kan få sagt det, du har brug for at sige?
- ❖ At få udtrykt de ønsker og længsler, du har, uden at det bliver anstrengt mellem jer?
- ❖ At I bliver bedre til at udtrykke det, I værdsætter hos hinanden?

Parforholdet er et af de vigtigste forhold, vi er i. Det er der, vi har de største oplevelser men også det forhold, som kan gøre mest ondt.

Mange bider frustrationerne i sig og tænker måske, at det nok går over. Vores erfaring er, at det gør det sjældent. Måske undgår I de store konfrontationer, men for hver gang kommer I også til at bidrage til lidt mere distance imellem jer.

”At finde den skjulte gave”

Parforholdet er som oftest også relationen med det største udviklingspotentiale; der hvor vi kan udvikle os mest som mennesker. Vi hører ofte, at det som i starten var tiltrækkende hos den anden går hen og bliver irritationspunkter. Hvordan kan det være? Og giver det overhovedet mening? Påstanden om, at der ligger en gave i det, provokerer mange. For hvad skulle gaven være i, at vi har det svært sammen?

Nogle par venter så længe, at den ene – eller begge – føler, at det er ”too little, too late”. Det kan vi godt forstå, men vi er ikke helt enige. Hvis der er et dybtfølt ønske – og vilje – fra begge parter, så er der altid muligheder.

Så hvorfor ikke give jer selv en chance?

Gestaltterapien og parforholdet

Den gestaltterapeutiske metode til at arbejde med relationer er yderst kraftfuld; det handler om mødet mellem mennesker i nuet, kontaktfuld og nærværende. At være tilstede i relationen kræver, at vi tør være os selv og give udtryk for, hvordan vi har det. Først der kan vi indgå i en ærlig, autentisk relation. Livfuldheden kommer, når vi kan være frie sammen.

Praktisk info

Kom med til en aften sammen, hvor vi introducerer jer for en nærværende måde at være sammen på, og hvor I får muligheden for at se på jeres fælles dynamikker i et nyt lys.

Pris: 750 kr. pr. par
Dato & Tid: 5. maj 2025, kl 18:00 – 21:00
Sted: Det Åbne Rum
Østbanegade 13, kld.
2100 København Ø

For tilmelding eller nærmere information kontakt Øystein på telefon eller sms 42 48 18 06 eller send en mail på oystein@livsknubs.dk

Aftenens oplægsholdere:

Gitte Brinkman

*Par- og psykoterapeut, MPF
Underviser på GIS-International
Indehaver af egen praksis
www.gittebrinkmann.dk*



Øystein Rist

*Par- og psykoterapeut, MPF
Underviser på GIS-International
Indehaver af egen praksis
www.livsknubs.dk*

