

[Se nyhedsbrevet i en bedre version...](#)



# Når kærligheden kommer dumpende

**Foredrag med psykolog Jette Simon d. 8. september kl. 18: Magiske øjeblikke i parterapi.**

Der er endnu ledige pladser på denne gentagelse af et foredrag der var så populært at vi var 44 sidst og der allerede er 27 mere tilmeldte. Det kan anbefales at deltage, selvom du ikke er 'fagperson', men for eksempel bare gerne vil høre mere om Imago og om parforhold og tilknytning.

Jette er Senior Klinisk Instruktør i Imago Relationships International, leder af Institut for Imagoterapi, samt klinisk psykolog, specialist i parterapi og supervision.

Jette vil tale om de metoder Imago Terapeuter bruger til fordybelse i parterapien: Doubling, ledesætninger, fokusering, direktiver. Foredraget vil fokusere på hvordan vi fordyber terapien, hvornår og hvorfor



**Supervisionsgruppe med Gitte for psykologer/psykoterapeuter, der arbejder med parterapi og / eller Imago metode.**

Hver 4. uge torsdag eftermiddag kl. 15 - 17

23. september, 4. november, 2. december.

Tilmelding [mail@gittesander.dk](mailto:mail@gittesander.dk).

**Åben supervisionsdag med Jette Simon**

**8. september**

Åben supervisionsdag for Imago- og parrelationsterapeuter med senior clinical instructor Jette

den 'limbiske ressonans' er så betydningsfuld.

Foredraget koster 100 kr. i entre og er åbent for alle interesserede.

Tilmelding til [mail@gittesander.dk](mailto:mail@gittesander.dk).

Der er supervision for Imago og parrelationsterapeuter kl. 10-16, tilmelding til [jane@jettesimon.com](mailto:jane@jettesimon.com).

Alle er velkomne.

Læs mere om Jette's kurser og uddannelser i Imago på [www.jettesimon.com](http://www.jettesimon.com)

**Kære læser,**

***Is there such a thing as unconditional love?***

En af mine klienter fortalte mig, at han havde ikke læst min kronik i Politiken, for da han så overskriften på Nyhedsbrevet tænkte han: "Åh, nej, sender hun nu mere om skilsmisser, det er jo den anden vej, vi skal!".

Det forstås! De fleste vil gerne ind i kærligheden, fremfor væk fra den. Men tusind tak for den enorme interesse og positive tilbagemelding på kronikken, fra de der hang på.

Kærligheden kommer sjældent bare dumpende. Vi kan bilde os ind, at det er noget, der kommer fra oven. Gud Amors pil der rammer os. Og ja, nogle gange kan

Simon d. 8. september kl. 10-16.

Tilmelding til

[jane@jettesimon.com](mailto:jane@jettesimon.com) .



**Foredrag: 'Magiske øjeblikke i parterapi' med Jette Simon**  
**8. september**

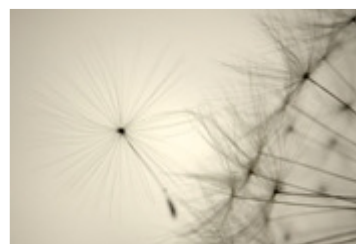
Foredraget er kl. 18 i Vestergade 38, 2.th., 5000 Odense C. [Læs mere om foredraget her...](#)

Arrangør:

Psykoterapeutforeningen.

Tilmelding til

[mail@gittesander.dk](mailto:mail@gittesander.dk).



**Personlig Udviklingsgruppe**

**D. 9. - 10. oktober**

I denne gruppe arbejder du med aktuelle udfordringer i dine parforhold eller andre relationer. Vi kigger både på hvad der er

det også føles som om der er et magisk touch af noget udefrakommende, der spiller med. Men hvis vi, når vi er i krise i parforholdet, sætter os og venter på at kærligheden skal komme til os, så kan vi komme til at vente længe.

Jeg har ikke sjældent klienter, hvor den ene af parterne lider under at have 'tabt følelserne' for den anden. Det kan lyde sådan her: 'Jeg føler mig tom', 'Hvad skal jeg gøre, jeg elsker hende ikke mere', 'Det er jo håbløst når han ikke længere elsker mig og vil være sammen med mig'.

Der kan følge voldsomme følelsesmæssige bølgehav efter den slags følelser. Ja, man kan ligefrem glide ind i en depression af det. Ligesom en depressionstilstand kan skabe det.

Der kan også være stærke selv-destruktive eller par-destruktive kræfter på spil. Some people are actually destroying love.

Der findes ikke noget 'quick-fix' på det, og dette er et af de mest håbløse steder på rejsen sammen. Mange elementer er i spil.

Et af elementerne er, i hvor høj grad du selv er i stand til at give kærlighed og omsorg til sin partner. Jo bedre du er i stand til at udtrykke din kærlighed og omsorg, på en måde så din partner OGSÅ oplever at dette udsagn eller denne adfærd er et udtryk for omsorg og kærlighed, jo mere sandsynligt er det, at du vil generere mere kærlighed - i sidste ende også til dig

baggrunden for dem, og laver en fremadrettet plan for hvilke udviklingspunkter du vil videre med og hvordan.

[Læs mere om Personlig Udviklingsgruppe her...](#)



### **Stemme og livskraft Workshop med AnnMari Max Hansen**

1 dags vitamin indsprøjtning  
workshop i stemmetræning med  
skuespiller og gestaltterapeut  
Anne Marie Max Hansen d.  
6.november.

Stemmen åbner op til store  
ressourser  
- Når vi taler & synger med hele  
kroppen, er der ikke mere noget  
der er rigtigt eller forkert.  
Så er vi 100 % til stede i nuet, og  
vi frisætter store mængder  
tilbageholdt energi. Vi åbner for  
et lager af livskraft og glæde.  
Stemmen fører os ind til vores  
inderste natur, der hvor vi finder  
fred med hvem vi er, der hvor vi

selv.

Så nogle gange er vores største fjende faktisk vores egen ambivalens, altså vores forskellige rettede følelser, forskellige stemmer der taler indeni og fortæller vidt forskellige historier. Og den reaktive stemme med skrækhistorierne har tendens til at få overtaget. Skrækhistorierne er ofte alle de fortællinger, der handler om alt det, den anden ikke gør for en og tegnene på den andens manglende kærlighed og omsorg. Nogle gange taler de så højt at vi næsten ikke kan høre, hvad vi selv føler i hjertet.

Og når det larmer så meget med skrækfantasier at vi ikke kan høre vores egen kærlighed, har vi tendens til at begynde at opføre os kritisk og bebrejdende. Hvilket ikke fører til en kærlig opblomstring. Tværtimod.

Så husk: Vi gør også hele tiden ting, som vi tror vil glæde vores partnere, og som vi selv antager som udtryk for vores kærlighed. Næsten ligegyldigt hvor fjerne vi er fra hinanden og hvor meget vi skændes eller har kulde imellem os.

Problemet er bare, at det er ikke altid, at partneren oplever det som omsorg og kærlighed. Nogle gange opdager mennesker ganske enkelt ikke hvor meget en anden faktisk gør for dem. Nogle gange oplever mennesker faktisk kærlige handlinger som lige lukt det modsatte!  
Suk.

mærker vores naturlige autoritet.

[Læs mere om workshoppen her...](#)

tilmelding til

[mail@gittesander.dk](mailto:mail@gittesander.dk)



### **Imago Weekend Workshop for Par**

Den velkendte weekend med nye værktøjer og ny energi til parforholdet.

[Ledige pladser 25.-26.](#)

[september, læs mere her...](#)

Læs omtale i [Psykologi](#)  
[magasinet.](#)

Sagen er nemlig at vi har tendens til at give det, som vi selv gerne ville have, fremfor det, som vi ved partneren gerne vil have. Vi giver partneren det vi gerne selv vil have, og kan ikke forstå, at de ikke elsker det. (For det ville vi selv gøre). Men partneren er forskellig fra os og ønsker noget helt andet. Det kan være en gåde at finde ud af præcis hvad. Ikke mindst fordi nogle er indrettet på den måde, at de ikke selv fortæller det. Men tværtimod måske kører efter princippet: 'Gæt hvad jeg vil have, og jeg skal bevise overfor dig at du tog fejl.'

Så der skal nogle gange arbejdes for det og kommunikeres om det, hvis vi gerne vil give noget, til dem vi elsker.

Som min datter siger: "Du giver mig BARE ikke GARN igen i julegave, det gør du bare ikke! Jeg er aldrig blevet så skuffet. Det eneste jeg ønsker mig er et nyt navn. Og hvis ikke jeg må få det, vil jeg ikke have noget.". Okay. Så tror jeg, at jeg kryber til korset i år. Selvom jeg synes jo at hun hedder præcis det hun skulle hedde, nemlig Anna, som er et dejligt navn :-).

Vi elsker særligt hinanden, når vi får noget af præcis det vi længes efter, i den dosis vi på et givent tidspunkt er parat til at modtage det. Hvad enten det er kaffe, fysisk omsorg, garn, opmærksomhed, kontakt, sex, blomster eller en kærlig hilsen. Vi elsker hinanden, når vi får positive overraskelser. Og når vi griner sammen.

**Hvad ønsker din elskede sig? Hvad**

**VED du at din elskede ønsker sig?**

**Hvad får dig til at føle dig elsket og draget omsorg for? Har du fortalt din elskede det, eller holder du det hemmeligt?** (I givet fald - hvordan forestiller du dig at han/hun skal gætte det?)

*Mit eget svar på afsnittets første spørgsmål, om der findes ubetinget kærlighed: Ja, det gør der tilnærmelsesvis. Men det er stadig noget, du må beslutte dig for at give. Snarere end at det er noget du kan forvente at modtage.*

Kh.  
Gitte

PS. Jeg har nu skrevet 268 sider på min bog! Hvad skal det ikke ende med?

**Imago Center Fyn ApS · Klinik for Psykoterapi og Parterapi · Vestergade  
38, 2.th. · 5000 Odense C**

Tlf. +45 5132 1049 [mail@gittesander.dk](mailto:mail@gittesander.dk) [www.gittesander.dk](http://www.gittesander.dk)

[Afmeld Nyhedsbrev](#)