

# Jeg elsker dig – MED DET HELE!

*Ny bog om balance i parforholdet og i samlivet  
hviler på et nyt koncept, Couple Life Balance. Fundamentet er dog  
de gode, gamle psykologiske teorier, retninger og referencer.*

**Jørn Laursen** er udkommet med en lille, god og let læselig bog om parforhold og samliv og den balance, der er så vigtig, for at det kan fungere mellem parterne. Det lyder umiddelbart trivielt, men der det absolut ikke! Jørn Laursen har et budskab og brænder for at formidle det videre til os. Og det har han formået med "Jeg elsker dig – med det hele!"

Baggrunden er, at forfatteren i sit mangeårige arbejde som praktiserende psykolog har følt et udækket behov for "alene såvel parvis at arbejde med og sammenligne sig med, hvad der er normalt." Han påpeger dog, at det absolut ikke er bogens intention at skulle definere, hvad der er normalt, men at han gerne vil medvirke til at skabe en ærlig dialog mellem mennesker. I denne dialog kan så opleves og erfares forskelligheden, men også ensartetheden menneskene imellem.

Parforholdet vælger han at perspektivere ud fra et nyt koncept, som forfatteren kalder *Couple Life Balance*. Begrebets forståelsesramme, skriver

han, har fokus på parrets hele liv, udvikling og prioriteringer, med det formål at skabe balance i det hele og komplekse parforhold. Et eksistentielt redskab, hvor kompleksitet er nøgleordet, og samtalen er værktøjet. Der skal fokuseres på helheden, hvor *Couple Life Balance* skal være en eksistentiel helhedsmodel, der involverer fortid, nutid og fremtid og forener de holdninger og værdier, der måtte være i relation hertil.

Det er ikke et spørgsmål om i bogen at skulle præsentere komplicerede behandlingskrævende parlivsproblemer, men tværtimod at få et ekstrakt af normallivets temaer trukket ud fra forfatterens egne professionelle erfaringer. Det har han så gjort ved en vekselvirkning mellem en faglig og saglig samt forklarende og uddybende tekst, citater fra klienter i såvel individuel som parvis konsultation, og konkrete opgaver og øvelser. En lille finesse er samtidig, at bruge et stort H, som erstatter "hun/han, partner, kvinde/mand", og at der sprogligt benyttes

flertalsform "I og jer" hele bogen igennem.

Grundsynet er eksistentielistisk, hvor forfatteren bl.a. fremhæver, at parret er ansvarlige for sig selv, hinanden og andre, er centrum i deres egen verden, men altid har valgmuligheder, uanset hvordan der forholdes til situationen, at man påvirker og påvirkes af hinanden og andre – og at søge nærvær i nuet samt at opleve angsten for at gøre det forkerte! Men også med Ronald D. Laing og Eric Berne in mente drejer det sig om at lege og spille spil, hvor der er to vindere.

## **Samtalen er central**

Helheden er en central del af bogen, som "realiseres" ved *Couple Life Balance* og beskrives i delelementer bogen igennem, og som illustreres ved en model i begyndelsen af bogen.

Den udgøres af tre cirkler, der hver griber ind i hinanden og udgør hele vores livsafsnit med de forskellige påvirkninger, begivenheder, relationer m.m., som er knyttet til vores liv. Der



fortælles om betydningen af vores livshistorie, identitetsudvikling, søskenderækkefølge, familiekultur, erfaringer med parforhold – forældrenes og eget eventuelt tidligere forhold, mand/kvinde-relation, følelser, faser i parforholdet, børn, sex, relationer generelt, fritidsliv, arbejdsliv/karriere, begivenheder og arbejdsformer. Det, som forfatteren siger har med parret som individer at gøre, den enkeltes historie og påvirkninger fra barndom og ungdom, det, der udvikles og udfordres mellem parterne i parforholdet, samt de påvirkninger, parret erhverver i arbejds- og fritidsliv.

Samtalen er det centrale. Den er værktøjet til at skabe den balance mellem parterne til løsning af de konflikter, der uvægerligt vil opstå i parforholdet og samlivet generelt. Konfliktoptrapningen illustreres i bogstaveligste forstand ved en "konflikttrappe". Det er både kreativt og illustrativt og også meget kendetegnende for bogen som helhed, med mange fine ideer, forslag og enkle modeller og beskrivelser med ordspil og finurlige sammenskrivninger.

Bogen giver sig ikke ud for at være en fagbog, selv om den er skrevet af en fagmand. Den er henvendt til par og lægfolk i almindelighed, og som så-

### Bogdata:

Jørn Laursen: "Jeg elsker dig – med det hele!". Forlaget Frydenlund, 2007. 223 sider, 249 kr.

dan rammer den helt fint. Er man ude efter revolutionerende nyheder eller overraskelser, så er det ikke denne bog, man umiddelbart skal gribe ud efter. Ønsker man i stedet en anden måde at dykke ned i parforholdets glæder og muligheder for løsning af konflikter beskrevet lidt anderledes, let og kreativt, så er det bogen.

*Couple Life Balance* beskrives som et nyt koncept, men grundfundamentet bygger alligevel solidt på de gode, gamle psykologiske teorier, retninger og referencer. Det er også en udmærket idé, bogen giver i forbindelse med en i øvrigt fremkommelig litteraturoversigt, at fremhæve "udvalgt litteratur til fordybelse" for læserne, hvor der gives en kort oversigt af forfatter og den citerede bog.

Det er en god, lille bog, hvor også formatet skal fremhæves, idet bogen ligger godt i hånden og er let at medbringe for inspiration, fx på rejse og ferie. God fornøjelse og læselyst til både par og singler.

Susan Schlüter