

Tara testade
trendterapin
imago:

.. – Vi rotade fram KÄRLEKEN

Först en härlig, varm känsla av att allt är möjligt!
Sen något halvljummet, tjatigt, begränsande...
Det är svårt med kärlek. Det vet Taras Birgitta Stolt
och hennes man Mario. De testade nya trendterapin
imago för att få tillbaka värmen och förståelsen.

Av **Birgitta Stolt** Foto: **Madeleine Söder**

♦ Det duggar tätt mot sovrumsfönstret denna gråa lördagsmorgon. På kudden bredvid ligger **Mario**, mannen i mitt liv. Mannen som jag för sex år sedan var upp över öronen förälskad i. Nu, sex år senare, handlar vårt gemensamma liv mycket om missnöje, gnäll och bråk.

Sagan om vårt gemensamma liv började för åtta år sedan i Santiago de Chile. Jag reste dit för att plugga. Mario studerade till civilingenjör.

Där, mitt ibland studier, kompisar och aktiviteter, fann vi varandra. Han kändes som allt jag drömt om. Så full av liv, humor och glädje.

Så kärleksfull och vacker. Äntligen, äntligen hade jag funnit "den rätta", på andra sidan jordklotet.

Ett år senare flyttade vi till Sverige och ytterligare åtta månader senare gifte vi oss. Livet rullade på för Mario med SFI (svenska för invandrare), hemtjänstjobb och högskolestudier.

” Ibland känns äktenskapet som en osynlig skilsmässa ”

Mitt upp i detta fick vi en liten dotter som i dag är två år.

Vår relation har utvecklats. I början kändes vi som ett team, nu är det som att vi lever två parallella liv. Ibland känns äktenskapet som en osynlig skilsmässa.

Svårigheterna började med flytten till Sverige. I Chile grundlade vi vissa roller i relationen som fullkomligt omkullkastades när vi kom till Sverige. Allt, allt blev annorlunda här. Mario fick verkligen börja om från noll. Vi blev som två nya människor som behövde lära känna varandra på nytt. Födelsen av vår dotter visade också på våra skilda värderingar.

Mario är perfektionist och blir ofta arg om jag exempelvis agerar lite tanklöst och fumligt. Jag är

en bohem som föredrar att vi umgås och har kul i familjen hellre än att vi jagar dammråttor. Det här och mycket mer har legat till grund för många konflikter.

Nu denna mulna lördag ska vi gå på något som kallas imagoterapi, för att se om vi kan få hjälp att hitta tillbaka till varandra.

Vi anländer till seminariet på Södermalm i Stockholm. **Per Thor**, imagoterapeut, står i dörren och hälsar alla välkommen. Per ska leda helgens seminarium som förhoppningsvis ska återuppväcka gamla goda känslor oss par emellan.

Inne i lokalen fikar och småpratar paren sinsemellan. Mellan vissa känns det lite spännigt och kallt, mellan andra känns det som om de ska gå vilken kurs som helst. Jag kommer på mig själv med att försöka lista ut vilken typ av problem alla har.

Vi blir uppmanade att slå oss ned på stolar i en stor ring. 18 personer sitter samlade, plus tre

vänd

Imago betyder bild

Imagoterapin utvecklades under 1980-talet av det amerikanska psykologparet **Harville Hendrix** och **Helen LaKelly Hunt**. I dag praktiseras metoden av omkring 2 000 terapeuter i mer än 20 länder.

Imago är det latinska ordet för bild. Enligt imagoterapin styrs vi i sökandet efter en partner av en inre omedveten bild. Bilden är sammansatt av erfarenheter, känslor och föreställningar från barndomen. Problem och konflikter är en del av ett parförhållande. Men bara en djupare förståelse av vad som händer i en relation hjälper oss vidare.

Genom att verkligen vara i kontakt och lyssna målmedvetet på vår partner skapar vi trygghet och passion. Känsloblockeringar kan lösas upp och gamla destruktiva livsstrategier överges. Då skapas ett utrymme för utveckling och förändring.

Läs mer på: www.imagoterapi.se