sig, par som just träffats och vill göra "allt rätt från början" och par som levt ihop i många år och tappat kontakten.

– Det som händer i de flesta fall är att par får kontakt med varandra igen. Det kan vara första gången på 10–15 år.

Ungefär hälften av alla par som kommer till honom gör klara genombrott. De startar en process. Många par som flyttat isär vill flytta ihop igen. Per säger att det handlar om att bli trygga med varandra igen.

– Man dras till olikheterna hos den andre personen. Till exempel så kan du bli förälskad i festens medelpunkt. Men de sidor som du drogs till i början kan det sedan bli för mycket av. Det kan sedan bli dem du hatar.

För att klara av en relation måste man lära sig att handskas med olikheterna. Ibland kan en av parterna tycka att relationen är pest och pina och den andra att man har det bra. Man måste acceptera bägge synsätten, det finns ingen som utifrån kan säga hur ett par har det.

– Under förälskelsen upplever många sig som ett. Men efter den fasen behöver man bli två subjekt igen. Ofta har vi det både bra och dåligt på samma gång.

Ungefär hälften av alla par som bildas skiljer sig. Per tycker att par kanske skiljer sig lite för lätt i dag.

– Om fler par fick chansen tror jag att de skulle gå i terapi. Men man måste få kontakt med en terapeut och ha ekonomisk möjlighet, säger han.

Den stora frågan är hur man efter ett fantastiskt helgseminarium integrerar imagotänket i vardagen.

– Det är bra om man efter seminariet går ett par gånger i terapi. Men sedan kommer det ned till att praktisera det som man lärt sig. Vara, göra och få. Man måste vara engagerad i sin relation och man måste göra det som man behöver göra för att förändra relationen. Då får man resultat.

En lycklig bestående relation livet ut, det är ju vad många drömmer om. Vad är egentligen hemligheten?

– Det finns par som är riktigt lyckliga. De har haft det bra som barn, anknytningen till föräldrarna har fungerat bra. De har inte så många konflikter. Men annars handlar det om att vårda relationen och ta tag i frustrationer på en gång. ✦

5 Pers imagotips:

1. Kärleksrelationen är en trädgård, den måste vårdas.
2. Uppskatta era olikheter, de är grunden för attraktionen.
3. Berör varandra fysiskt så ofta ni kan.
4. Våga visa er sårbara inför varandra.
5. Tala om vad du behöver, gör det så konkret som möjligt.

Boktips:

"Jag älskar dig men jag är inte förälskad längre"
– **Andrew G. Marshall**

"I stället för skilsmässa"
– **Harville Hendrix**

"Reciving Love"
– **Harville Hendrix**

"Imago - kärlekens terapi"
– **Jette Sinkjaer Simon**

