



# Sam- liv

# Drømmeprinsen var utro

## Kjære Eva og Henrik!

Vi er et par i 20-årene. Alle så på oss som det perfekte paret, og jeg så på ham som den perfekte mannen. Han var så flott. Og så snill, alle likte ham. Jeg forgudet ham!

Han reiste mye i jobben sin, både i Norge og til fjerne himmelstrøk. Det har han gjort hele tiden mens vi har vært sammen. Jeg valgte å stole helt og holdent på ham.

Vi hadde vært sammen i over tre år da idyllen brast. For å gjøre en lang historie kort, fant jeg ut at han på en av sine turer til en ferieøy i varmere strøk hadde et en natts-opplegg med en jente han traff.

Hele min verden falt i grus. I vårt forhold har det vært «ups and downs» som i alle forhold. Rett før jeg fant ut dette, hadde vi definitivt en av «toppene», alt var bare fint.

Det som var verst av alt, var at han hadde holdt dette skjult for meg i lang tid! Da det kom for en dag, la han alle kortene på bordet, men han kunne ikke forklare hvorfor han hadde gjort det. Og grunnen til at han ikke hadde fortalt meg det, var at han var så redd for å miste meg.

Jeg måtte ha tid til å tenke over hva jeg skulle gjøre, så han flyttet ut en tid. Jeg fant i grunnen fort ut at jeg ikke greide å leve uten ham. Vi pratet og pratet, og grein sammen i flere dager. Så bestemte jeg meg for å tilgi, forsøke å glemme og starte på nytt.

Og til tider går det så bra, vi har det fint sammen, og jeg tenker svært sjeldent på det som hender. Men så får jeg innimellom nedturen, og da dukker bildet opp i tankene mine av de to sammen. Det oppleves som et hardt slag i magen hver gang.

De fleste vi kjenner, sier at de aldri kunne fortsett et forhold hvis den ene hadde vært utro, men det sa jo jeg selv før det skjedde meg. Noen mener at i vårt samfunn i dag må en nesten regne med å bli utsatt for utroskap i et forhold. Og lære å leve med det.

Jeg vet ikke. Jeg vet at jeg elsker denne mannen av hele mitt hjerte, og vet at han elsker meg. Er også temmelig sikker på, etter alt vi har vært igjennom, at han ikke kommer til å gjøre det igjen. Jeg velger å tro det.

Er det mulig å gjenopprette tilliten jeg hadde til ham? Finnes det eksempler i denne verden som beviser at et forhold kan overleve utroskap? Kan vi få det like fint igjen?

Hilsen Lille My

## Kjære Lille My!

Brevet ditt forteller mye om kjærlighet og valg. Din beskrivelse får oss til å tenke på drømmeprinsen. Å ha fått ham, kan gi en forestilling om at alt vil være idyll alltid, men idyllen brast, og derved også den uskyld du gir så tydelig uttrykk for i brevet.

I en slik idyll er det ikke så lett å tenke på utroskap eller noe annet vondt. Vi vet at prinser og presidenter kan være utro, men at drømmeprinser kan være det, hvem kunne forestille seg dét?

Og så kom sjokket! Etterpå gjorde du dine valg,

og så har du arbeidet med å komme videre, med å bygge din verden opp igjen, men du spør om den vil bli som før. Svaret henger sammen med den prosessen du har vært igjennom, og hvordan du/dere kommer videre.

En prosess tar tid, og det er ikke mulig midt i prosessen å si hvordan slutten vil bli. Underveis er det viktig å holde fast i håpet, ikke la seg oppsluke av andres fantasier om hva de hadde gjort, og hva som er det rette. For, som du er inne på, vet ingen noe sikkert før de står midt opp i det.

Å bygge opp igjen forholdet blir en viljeshandling, hvor sterke følelser kommer frem. Det krever mye av begge parter. Å oppleve seg forsmådd, kan lett føre oss inn i en offerrolle - hvordan kunne han gjøre det mot meg?

Bildet av ham og den andre dukker opp som en påminnelse, og ønsket om å ta det opp med ham, få svar på spørsmålet, blir sterkt. Dette kan skje igjen og igjen, og den andre kan synes at det aldri tar slutt. «Jeg har jo sagt...»

Det er viktig å huske at den som har vært tro, må la sine følelser komme frem, sende dem til den andre med full styrke. Den andre prøver muligvis å unngå smerten som følger med disse oppgjørene ved å dempe ned. Det er en menneskelig reaksjon. I prosessen kommer det inn anklager, bebreidelser, forsvar, fortvilelse. Det må til, samtidig som dere også må gjøre dere ferdig med dette.

Ferdige blir vi dog ikke før den andre også har vist sterke følelser i sin anger, har vist at det har gitt ham en sterk indre påkjennning til han sviktet partneren. I et slikt oppgjør kan vi lett komme inn i et spor der den som har vært tro, har krav på noe, og den utro må gå stille i dørene.

Dette kan spre seg til alt i forholdet og i hverdagen. Kommer dere i en slik situasjon, er det viktig å stanse opp, for da er det noe dere ikke har gjort dere ferdige med, og det kan bli ganske fastlåst.

Du spør hvorfor han var utro, og han kjenner ikke svaret. Hvorfor er ett av de vanskeligste spørsmål å svare på, for det betyr at vi kjenner alt i vårt indre, omgivelsene, følelsene osv. - hvilket vi i sakens natur ikke gjør. Derfor får vi sjeldent svar når vi spør hvorfor.

Du spør om et vondt minne kan forandres, om alt kan bli fint igjen. Du spør ut fra minst to ting: på den ene siden har det du trodde på, fått et grunnskudd, på den andre viser brevet ditt at du er på vei ut. Enhver krise som vi gjennomlever og bearbeider, gir oss mulighet for styrke, vekst og modning. Ditt brev tyder på at det er den veien du har valgt.

Du har bygd ditt valg om å bli i forholdet, på din kjærlighet, på hans kjærlighet, på tilliten til at utroskapen ikke vil gjenta seg, og at dere sammen kan komme igjennom dette.

Hva er det perfekte par? Det avhenger av hva som legges i dette. Du sier at dere var det perfekte par. Vi spør: er dere ikke dét lenger?

Hilsen Eva og Henrik



Eva Handest.  
Psykolog  
på poliklinikken  
på Rogaland  
psykiatriske  
sjukehus  
og driver  
i tillegg  
privat  
praksis.  
Utdannet  
psykolog,  
sexolog og  
sykepleier.



Henrik  
Bjørshol.  
Klinisk  
sosionom  
på  
Psykiatrisk  
poliklinikk  
Sandnes.  
Utdannet  
sosionom  
og familie-  
terapeut.

## Skriv til Eva og Henrik

Skriv til Eva og Henrik om samliv. Still spørsmål om forholdet mellom enslige, mellom partnere, mellom foreldre og barn, mellom svigerforeldre og svigerbarn, ja om mange former for samliv.

Vi vil også gjerne ha kommentarer fra leserne til det som har stått i denne spalten. Alle innlegg trykkes anonymt.

Postadresse:  
**Samliv, Helja,  
Stavanger  
Aftenblad,  
postboks 229,  
4001 Stavanger.**

Telefaks:  
**51 50 19 42**  
E-post:  
**ludvig.lorentzen-  
@stavanger-  
aftenblad.no**