

Livslång kärlek. Kärleken förutsätter att båda är rädda om varandra och visar varandra kärlek i både med- och motgång, skriver Micke Gunnardo.

VISA HELA

Foto: Ida Ling

Kärleken är värd att kämpa för

Experternas tips om när det är dags för skilsmässa kan inte stå oemotsagda. Separation behöver inte alls vara det bästa alternativet, skriver Micke Gunnardo, parvägledare.

21 juli 2017

Debatt **I en av** våra största kvällstidningar publiceras nu i sommar en artikelserie under namnet "Stanna eller gå"? Där guidar experter oss läsare när det är dags att skiljas. Inte minst i sommartider är det ett aktuellt och tillika mycket angeläget ämne: då vi vet att antalet skilsmäsoansökningar alltid är stora i början av hösten.

Många kommer att uppleva att sommaren inte levde upp till de förväntningar och behov man hade, då man äntligen skulle få tid för varandra och kanske reparera en del småskavanker som uppstått under en längre tid av vardagsstress och alla måsten. Experternas tips på området kan då få stort genomslag. Det är därför med frustration jag tar del av dessa tips. Det presenteras en checklista på 20 tydliga tecken på att man bör skiljas, som gör mig beklämd.

I 15 år har jag jobbat med att vägleda par i kris och alla par har haft flera av de symptom eller tillstånd som räknas upp på denna lista.

När jag ser tillbaka på vårt äktenskap kan jag se att min fru och jag har lyckats pricka in minst sju av de tecken som enligt experterna är mycket goda skäl till skilsmässa. De första fyra till åtta åren in i vårt äktenskap var riktigt jobbiga. Hade dessa experter då gett oss rådet att skiljas från varandra?

17 juni firade vi vår 22:a bröllopsdag. Visst, vi kan fortfarande gräla och vara lite sura på varandra, men vi tittar ibland på varandra och förundras över hur bra vi har det tillsammans. Men det råkade inte bara bli så!

Det är väldigt sorgligt om individer och par uppmuntras att separera då de nämnda problemen i experternas checklista infinner sig i äktenskapet/relationen. Vilka hamnar inte där någon gång? När huset är fullt av ungar, båda jobbar mycket och orken ofta tryter så är det mer en regel än ett undantag att det infinner sig perioder då man försummar varandra i relationen. Man slutar att prata med varandra i den utsträckning som är nödvändig – är det då konstigt att man börjar gräla på varandra? Man gör sällan eller aldrig roliga saker på tu man hand – är det då konstigt att man börjar leva parallella liv? Sex bortprioriteras, kramar, pussar och kärleksfulla ord blir allt mer sällsynta – är det då konstigt att man kan bli intresserad av någon annan som just då ger mig både uppmärksamhet och uppskattning?

Tyvärr smyger det in budskap från alla möjliga håll, från både kändisar och experter som säger att om relationen börjar suga, passionen saknas och sexlivet är en öken, ja då återstår bara en sak: Lämna! Då finns det någon annan som är bättre!

På nämnda checklista kan jag dock bara se ett enda tillstånd av de tjugo uppräknade som är så allvarligt att man bör lämna: om man efter upprepade försök att reda ut problemen utsätts för våld, både fysiskt och psykiskt. Det är inte värdigt någon människa att utstå en sådan behandling. Finns det dessutom barn med i bilden har man ännu fler argument att lämna så fort som möjligt!

De övriga 19 tecknen då?

Livet är inte enkelt och det gäller även kärleksrelationen. Den är värd att kämpa extra för.

En båt som tar in vatten kan man hålla flytande och väl fungerande genom att ösa och täppa till hålen. Om du däremot bortser från problemet med vattnet som läcker in och/eller väntar på att den andre ska börja ösa blir båten efter ett tag så vattenfylld att den inte går att rädda.

Detsamma gäller parrelationen. Låter ni bli att agera eller agerar alldeles försent återstår kanske bara separation som en möjlig lösning.

Men om ni tidigt tar tag i problemen och medvetet och tålmodigt försöker hitta tillbaks till varandra kan ni rädda relationen. Ofta kan man, om man är tidigt ute, navigera rätt på egen hand. Men ibland behövs hjälp utifrån och det blir tack och lov allt vanligare att par söker hjälp för sina problem.

Jag tror på den livslånga kärleken! Men man kan inte ta den för given. Den livslånga kärleken förutsätter att båda är rädda om varandra och visar varandra kärlek i både med- och motgång.

Till alla er som nu befinner er i ett jobbigt läge i er relation och kanske har ett eller flera av de tillstånd som anges i checklistan: separation behöver inte alls vara det första eller bästa alternativet. Tvärtom! Genom att tillsammans ta tag i era bekymmer och medvetet och uthålligt söka er till varandra genom tillsammans- tid, samtal, fysisk beröring och genom att varsamt försöka lösa konflikter kan kärleken växa sig starkare än någonsin förr. Jag har fått vara med och se det många gånger.

Micke Gunnardo, parvägledare, föreläsare och skolkurator.

Detta är en debattartikel av en eller flera externa skribenter, som själva svarar för de åsikter som framförs. Dagen värnar en fri och öppen debatt. Tidningens linje framförs på ledarsidan.