

[Russisk rulett med parforholdet](#) [1]



[1]

Jeg kaller det russisk rulett med parforholdet når man velger å hoppe til køys med en annen enn sin partner. Hva er det som får voksne mennesker til å velge å sette parforholdet på spill på den måten?

For en tid tilbake var jeg på en "Teambuilding" med min daværende arbeidsgiver, og var innkvartert med en mannlig kollega i dobbeltrom på hotellet. På morgenen våkner jeg ganske tidlig av lyder fra nabosengen det ikke er til å ta feil av. Selv la jeg meg ganske sent og hadde sovet lite - noe som alene gjorde meg over gjennomsnittlig "grumpy" men jeg lå en liten stund stille og pendlet i følelsene mellom skam, nysgjerrighet, irritasjon og frustrasjon og lurte på hva var smart å gjøre i en slik situasjon som dette? Jeg landet til slutt på at jeg sto opp, gikk rett i dusjen (og sørget for ikke å være stille) slik at "besøket" kunne benytte anledningen til finne tilbake til sitt eget rom. Den taktikken virket åpenbart ikke, så jeg kledde på meg, sa ett eller annet halvt vendt inn i hotellrommet som ikke levnet tvil om at jeg hadde oppfattet hva som foregikk, og tok peiling på en (alt for) tidlig frokost.

Begge mine "romkamerater" var gifte på hver sin kant og jeg kjente dem godt nok til å vite litt om historiene deres i hvert sitt ekteskap. Jeg vet at den ene var i sitt andre ekteskap og at den andre hadde slitt litt med forholdet til sin partner tidligere, men bedyret senest noen dager før dette skjedde at nå var alt så meget bedre der i gården.

Jeg blir sittende med det store spørsmålet: Hva er det som gjør at noen av oss velger å spille russisk rulett med sitt eget parforhold? For det er jo det som skjer? Slike sidesprang kommer ofte den forurettede partneren for dagen og jeg ordlegger meg pent når jeg sier at dette som oftest er et kraftig skudd for baugen for alle parforhold. Tilliten mellom partene blir revet bort med roten og den forsmådde føler seg grovt sviktet. "Hvordan kunne du gjøre dette mot meg?" - hører vi ganske ofte fra par hvor krisen er initiert gjennom utroskap. Det gjør ikke saken bedre at paret gjerne ikke hadde det som aller best fra før av heller - dette kommer på toppen av det hele.

Uten at jeg har statistisk belegg for det, vil jeg gjette på at langt de færreste parforhold tåler en slik prøvelse. Det verste er at dette vet vi jo? Vi er veldig klar over at vår eget parforhold sannsynligvis ikke vil tåle et sidesprang. Allikevel gjør vi det! Hvorfor? En av konsekvensene av et sidesprang av denne typen er at vi slår kiler inn i vårt eget parforhold. Vi skaper hemmeligheter for partneren vår som vi for alt i verden må holde skjult. Vi stenger av deler av vårt følelsesliv og bruker mye energi på å holde det offentlige og det privat ved oss selv veldig adskilt. Dette skaper enda større avstand til partneren som er den siste i verden du kan tillate får greie på hva som foregår. - Og samtidig er paradoksalt nok partneren den personen i verden vi mest av alt trenger å nærme oss.

Hva kjennetegner mennesker som skulle velge å spille russisk rulett? Jeg tenker at de kanskje ikke føler livet har noen verdi, og søker spenning i det ekstreme. Dersom dette er overførbart til parforholdet er det kanskje slik at parforholdet heller ikke oppleves som av verdi, og vi trenger å kjenne at vi lever? Jeg undres over hvor sterkt dette behovet må være når vi velger den risikoen dette er?

Jeg tror dette handler om mer enn spenning og sex. Jeg velger å tro dette er rop om hjelp! For blir partneren kjent med hva som foregår skal jeg love deg parforholdet settes på dagsorden umiddelbart og som oftest med et brak! Saken er at vi kan ikke avvise det hele med en unnskyldning og en innrømmelse av at "ja, dette var veldig dumt gjort...".

Jeg skal forsøke meg på en forklaring: I et levende og aktivt parforhold vil vi være i konstant brytning med oss selv og partneren. Vi er to forskjellige individer og konflikter oppstår enten vi vil eller ikke. Vi har både sammenfallende og forskjellige behov. Noen av dem kan vi snakke om, andre kan vi ikke ta opp i redsel for å bli avvist, såret eller sitte igjen med en følelse vi vanskelig klarer å håndtere. For det er nettopp slik at vår intime partner er det mennesket i verden det kan være vanskeligst å åpne seg til. I frykt for selv å bli såret, avvist eller forlatt. Da er det enklere å slippe seg løs med et menneske vi er bittelitt forelsket i eller betatt av.

I forelskelsen (vi kaller det gjerne "den lille psykosen") er vi blinde for mye hos den andre og vi ser gjerne et idealistisk bilde av vår drømmepartner som uten å såre oss oppfyller våre dypeste behov. Det er derfor tilsynelatende ufarlig å åpne seg for denne som vi ikke en gang kan tenke oss på noen måte kan finne på å såre oss. Dette er en illusjon vi våkner fra etter at skaden har skjedd. Så lenge vi ikke en gang kan innrømme for oss selv at vi har disse dype behovene (som kan være svært forskjellige fra person til person) vil de forbli ubevisste krefter i oss vi ikke kan styre eller kontrollere. Disse kreftene blir sterkere jo mer vi forsøker å ignorere dem eller fornekte dem. Til slutt greier vi ikke å la det være.

Behovet blir så desperat at den første personen som passerer og som såvidt berører dette såre punktet blir vår overlevelse! Vår eneste sjanse til å leve! En unik mulighet til å stilne dette sultne dyret inni oss. Medisinen er kanskje å gå motsatt vei? Ikke undertrykke eller ignorere men kanskje ta fram i lyset og eie?

"Dette er mitt behov, og jeg ser, aksepterer og forstår hvorfor dette er så fryktelig viktig for meg!"

Vurdering:

CAPTCHADette er et spørsmål for å teste om du er en menneskelig besøkende og for å hindre automatiserte spammeldinger.

[utroskap](#) [2]

[kommunikasjon](#) [3]

[sex](#) [4]

[Tweet](#) [5]

[Sten](#) [6] [6] [7]

Kilde-URL: <https://parterapeutene.no/blogger/russisk-rulett-med-parforholdet>

Lenker

[1] <https://parterapeutene.no/blogger/russisk-rulett-med-parforholdet>

[2] <https://parterapeutene.no/emne/utroskap>

[3] <https://parterapeutene.no/emne/kommunikasjon>

[4] <https://parterapeutene.no/emne/sex>

[5] <http://twitter.com/share>

[6] <https://parterapeutene.no/users/sten>

[7] <https://parterapeutene.no/javascript%3Awindow.print%28%29>