

# Parterapeut: Det dræber erotikken, når parforholdet bliver unisex

Når du kommer til at ligne din partner for meget, er du godt i gang med at forvandle dit intime parforhold til en i bedste fald venskabelig relation uden fysisk tiltrækning, mener parterapeut og forfatterinde, Christiane Meulengracht. Hun opfordrer derfor til at dyrke forskellighederne og særligt forskellen mellem det feminine og det maskuline i parforholdet.

Er sexlysten og lidenskab i dit parforhold forsvundet? Så er der god grund til at overveje, om du og din partner er begyndt at ligne hinanden lidt for meget. Sådan lyder det fra parterapeut og forfatterinde, Christiane Meulengracht, som i sin praksis ser rigtig mange par, der oplever frustrationer og konflikter, fordi der i deres forhold mangler en naturlig balance mellem de maskuline og feminine energier:

*”Vi lever i et udbredt præstationsamfund, hvor klassiske maskuline værdier såsom handlekraft, målrettethed og selvkontrol bliver tillagt større og større betydning. Det har samtidig sat sine tydelige spor i parholdet anno 2020, hvor der ofte hos begge parter udspiller sig en ubevidst kamp om at indtage den maskuline rolle, mens de klassiske feminine værdier såsom omsorg, rummelighed og hengivenhed bliver skubbet i baggrunden. Denne ubevidste kamp øger bl.a. stresshormonproduktionen hos såvel manden som kvinden, hvilket skaber afstand og skader erotikken,”* siger Christiane Meulengracht.

Ifølge parterapeuten er det helt afgørende for en kærlighedsrelation fyldt med tryghed, kærligt drilleri og begær, at vores parforhold både får lov til at rumme det maskuline og det feminine:

*”Det er samspillet mellem det maskuline og det feminine, der tæller. Og først når der i parforholdet er plads til begge dele, og når vi finder vores egen modsætning i vores partner, kan vi opnå en kærlighedsrelation fyldt med lidenskab og begær. Derfor skal vi også have gjort op med den udbredte misforståelse, at det feminine er svagt og noget, der skal undertrykkes. Det er som med ying og yang – det feminine og maskuline kan slet ikke undvære hinanden.”*

## Maskuline kvinder og handlingslammede mænd

Kampen om førstepladsen i maskulinitet komme ofte vidt forskelligt til udtryk hos kvinden og manden i parforholdet, lyder det videre fra Christiane Meulengracht:

*”Kvindens kamp for at tage klassiske maskuline egenskaber såsom målrettethed, ydre succes og kontrol med sig ind i parforholdet, resulterer ofte i, at hun lukker ned for kroppen og nydelsen, når det vel at mærke i for høj grad sker på bekostning af lysten og evnen til at give sig hen og være til stede i nuet,”* siger hun og fortsætter:

*”For manden resulterer den ubevidste kamp om førstepladsen i maskulinitet derimod ofte i en form for handlingslammelse, afmagt og initiativløshed, særligt i de tilfælde, hvor kvinden ’får lov’ at sætte retningen for det meste i hans liv.”*

## Den smukke pardans mellem forskelligheder

Er man som par havnet i et parforhold præget af unisex, er det ifølge Christiane Meulengracht vigtigt, at man mobiliserer modet til at adskille det maskuline og det feminine og dyrke forskellighederne:

*”For mange kvinder handler det om, at de tør slippe noget af kontrollen og læne sig mere ind i sin mand. Og for mange mænd handler det om at turde stå i sin integritet og være den kærlige klippe, hun kan læne sig ind i,”* siger hun og

tilføjer: *"Dét at vi tør være med vores forskellighed i det feminine og maskuline er afgørende for den erotiske tiltrækning"*.

#### **4 tegn: Er dit parforhold blevet unisex?**

Nedenfor har Christiane Meulengracht samlet fire tegn, du kan bruge til at vurdere, om dit parforhold er blevet unisex.

1. Der er langt mellem snapsene, når det gælder intimitet og fysisk nærhed.
2. I lever mere i et praktisk arbejdsfællesskab – eller høflig sameksistens – end som elskende.
3. Al flirt og kærligt drilleri er gået i glemmebogen.
4. Romantik og det grådige begær er blevet ligeså sjældent som sne i maj.

#### **Om Christiane Meulengracht**

Christiane Meulengracht er par- og familieterapeut, sexolog og forfatterinde til bogen "Kærlighed med vilje" samt værtinde til podcasten af samme navn. Hun arbejder til daglig via sin praksis i Hellerup og Hornbæk, hvor hun hjælper kvinder og mænd med at skabe mere nærværende og bevidste forhold, hvor begge parter føler sig set, hørt og forstået.

Læs mere om Christiane Meulengracht på [www.christiane.nu](http://www.christiane.nu).

#### **Kontakt**

Christiane Meulengracht kan kontaktes via [hello@christiane.nu](mailto:hello@christiane.nu) eller på tlf. 61 70 07 77.