

Rondzendbrief 2009-3

Wil je een paar keer per jaar de rondzendbrief ontvangen?

Relatieproblemen

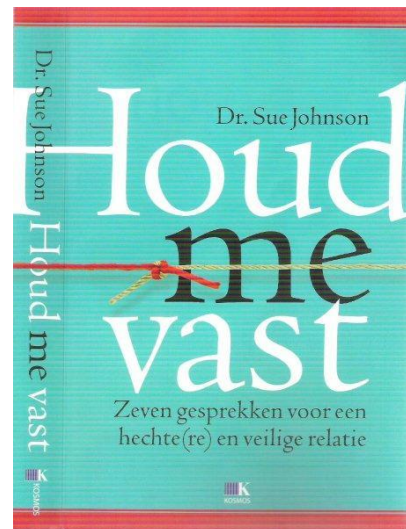
De befaamde psycholoog Carl Gustav Jung heeft in de vorige eeuw vernieuwende dingen geschreven over ons onbewuste. Hij stelde dat een man als onbewuste een vrouwelijke kant heeft: de *anima* en dat een vrouw als onbewuste een mannelijke kant heeft: de *animus*. Vanuit dit denkbeeld beschreef hij de gangbare man-vrouw-ruzies als anima-animus-ruzies. Nu nog steeds zijn er onderzoekers in de psychologie die in verschillende vormen de ideeën van Jung verder uitwerken.

Onlangs ben ik van een paar kanten geweest op het boek *Houd me vast* van Dr. Sue Johnson. Dit baanbrekende boek over relatieproblemen heeft nogal wat stof doen opwaaien omdat het zo afwijkend is van de gangbare theorieën. Ik ben de beginselen van *Houd me vast* gaan toepassen bij het counsellen van echtparen, maar ook in mijn persoonlijke leven ben ik ermee bezig. Het boek geeft een verrassende aanvulling op de inzichten van Jung op het gebied van anima-animus-ruzies. De praktische oplossingen die door Sue Johnson geboden worden, komen neer op het je bewust worden van het spanningspatroon waarin je verzeild bent geraakt en dan opnieuw een liefdevolle verbinding leren maken met je partner.

Het leuke van dit boek is dat Sue Johnson vaak uitdrukkingen gebruikt uit de danswereld en verder geeft ze prachtige voorbeelden uit haar praktijk. Zij eindigt met een mooie opvoedtip voor ouders: "Het beste dat je voor je kinderen kunt doen, is een liefdevolle relatie met je partner opbouwen."

Het boek is bedoeld voor relatietherapeuten, maar ook zeer geschikt voor de handige doe-het-zelver. Iemand die *Houd me vast* leest, kan er voordeel mee doen in zijn / haar eigen relatie. En dat zeg ik ook uit eigen ervaring.

Klik [hier](#) voor mijn samenvatting van het boek:
Houd me vast
Dr. Sue Johnson



www.lemniscaatcounseling.nl

