



CENTER FOR FAMILIEUDVIKLING

ØSTERGADE (STRØGET) 5, 2.
1100 KØBENHAVN K
TLF.: 25 38 10 14
JRR@FAMILIEUDVIKLING.DK

PRESSEMEDDELELSE
15-05-2015

Pas på parforholdet – også på FN's Internationale Familiedag

Vi lever i en tid med tårnhøje forventninger til parforholdet, og det er en af forklaringerne på, at så mange relationer går i stykker. På dagen, hvor FN sætter internationalt fokus på familiens trivsel, udgiver CFF -psykolog en ny bog med forebyggende perspektiver på, hvordan vi passer på vores parforhold til glæde for både familiens voksne og børn.

FN har valgt 15. maj som International Familiedag for at sætte fokus på familiens vilkår. I Danmark går næsten halvdelen af alle ægteskaber i stykker, og børnefamilier har store udfordringer med at få familielivet til at hænge sammen.

Midt i disse udfordringer udkommer bogen 'Pas på parforholdet – mens I stadig elsker hinanden'. Bogen stiller skarpt på parrelationen og giver perspektiver og forebyggende inspiration til, hvordan man kan pleje sit forhold, mens det stadig fungerer godt.

Bogens forfatter er autoriseret psykolog Mattias Stølen Due, som er leder af parafdelingen på Center for Familieudvikling.

Bogens omdrejningspunkt er, at vi på den ene side kan have en tendens til at opbygge tårnhøje forventninger og urealistiske succeskriterier for parforholdet – lige som vi gør i mange andre af livets sammenhænge. På den anden side er det paradoksalt nok netop vores parforhold, som vi ofte glemmer at prioritere midt i en hverdag, hvor vi også opfyldes af dagligdagspligter, arbejde og selvrealisering.

"Parforholdet er en relation, der skal plejes lige som alt andet levende. Men mange risikerer at stresse sig selv og hinanden med at skulle leve op til noget, der nærmest er uopnåeligt. Vi kan blive bedre til at holde lidt mere af hverdagen og anerkende, at et parforhold også er et venskab med en fælles historie, nærhed og tryghed", siger Mattias Stølen Due.

Bogen udkommer på FN's Internationale Familiedag, som blev udpeget af FN's Generalforsamling i 1993 og afholdes hvert år 15. maj.

Center for Familieudvikling er en privat non-profit organisation, som blev etableret i 2004 for at give hjælp til at opbygge gode relationer og forebygge brud i familier. Centret støttes af private fonde.

Læs mere på www.familieudvikling.dk