

# Nu det jul igen.



December er måneden, hvor vi har hemmeligheder for vores familie – gaver bliver købt og gemt. Forventningens glæde fylder os uanset alder, men ikke alle ser frem til december med glæde og ikke alle hemmeligheder er af det gode. For december er også julefrokosternes tid.

Statistisk set, er julefrokosten den fest, hvor allerflest danskere er deres partner utro. Men hvorfor bliver et smil eller uskyldig flirteri på arbejdspladen til utroskab?

Svaret er simpelt – du træffer et valg. Valget om du vil udsætte dig selv og dit forhold for utroskab er dit, og kun dit.

Har du flirtet med en kollega, og fornemmer du at julefrokosten vil tage flirten et skridt videre, så gør op med dig selv, inden du tager til julefrokosten, om du er klar til at tage det skridt og risikere det forhold, du har.

Opstår muligheden for et udenoms-knald spontant – så gør op med dig selv, inden du lader lysten styre, om det den her person tilbyder dig de næste par timer, er hele efterspillet værd.

For utroskab er ikke omkostningsfrit.

Du kan ikke regne med, at dit forhold vil forblive, som det var. Uanset om du vælger at gå til bekendelse eller vælger at fortie din utroskab, vil dit valg få indflydelse på dit forhold. Du må gøre op med dig selv, hvad du kan leve med.

De fleste af os vil over for os selv forsøge at retfærdiggøre vores handling. Vi forsøger at finde fejl i forholdet og hos partneren, som undskyldning for at vi "faldt i vandet". De fejl, vi finder for at retfærdiggøre utroskaben, begynder at fylde og påvirke forholdet.

De færreste af os formår at være en partner utro, uden at få dårlig samvittighed efterfølgende. Den tillid der var mellem dig og din partner er brudt, selv om kun du ved det. Den dårlige samvittighed vil dukke op, når din partner siger han elsker dig, når hun gør noget for at glæde dig, når I er intime sammen. Din dårlige samvittighed vil påvirke nærheden mellem dig og din partner.

Har du først været utro, kommer meget af din tid til at kredse om frygten for, at din utroskab bliver opdaget. Frygten for at lægge din mobil fra dig på bordet, frygten for om du huskede at logge af din facebook, frygten for at I alle tre pludselig mødes, når du og kæresten er ude og handle.

Vælger du at lyve om din utroskab, vil det blot være den første løgn. Du vil lyve, når din partner spørger om der er noget galt, for selvfølgelig vil din partner ikke kunne undgå at bemærke den forandring, der sker inden i dig, med jer og med jeres forhold. Den ene løgn afløser den anden, og du skal holde styr på alle de forskellige historie.

Uanset om det er til julefrokosten eller en anden fest, så er der tiltrækning, flirt og seksuel energi i luften, det kan slet ikke undgås. Det der kan undgås, er at give efter for disse.

God julefrokost.