

## Ny, norskutviklet tjeneste gir håp for dem som vil forbedre parforholdet sitt

I sommer ble Parweb.no lansert, og i januar kommer den som app. Parweb er en ny tjeneste for par som ønsker et tryggere parforhold uten å måtte oppsøke terapeut. Mer enn seks hundre par har allerede brukt tjenesten. Dette viser at behovet for lett tilgjengelig parterapi og samlivsveiledning er stort. Enten man er i krise eller bare har hverdagsproblemer, kan små endringer gi en bedre hverdag.

– Etter å ha jobbet som parterapeut i femten år, har jeg hørt utallige historier om hvor lang dørstokkmila kan være, og om hvor mange som gir opp hvis de ikke finner tonen med den første terapeuten de møter, sier gründer og psykolog Andreas Løes Narum.  
– Mange par kan få det **mye** bedre sammen hvis de bare lærer seg noen enkle teknikker og får noen råd om form og innhold.

Parweb er en brukervennlig netjtjeneste hvor par får profesjonelle samlivsråd i form av introduksjon til samtale. Paret gjennomfører én og én samtale i den rekkefølgen Narum har erfart er mest konstruktiv for den utfordringen paret velger å snakke om. Dette er nyskapende, **nettbaserte teknikker som får folk til å bruke mer tid sammen uten skjerm**. Selv om introduksjonen til samtalen er på video, tar den bare noen minutter, mens samtalene kan og bør ta god og lang tid – uten skjerm, og de kan gjennomføres der du trenger det mest, nemlig hjemme.

– Alle vet at en bil trenger årlig service for å fungere godt. Parforhold, som er mye viktigere og mer komplekse enn biler, trenger også vedlikehold. Par som venter for lenge med å rydde opp i dårlige vaner eller kommunikasjonsmønstre, har mye lengre vei å gå enn dem som øver på å komme hverandre i møte, sier Narum.

– Man kunne tro at Parweb ville få flest kunder blant dem som sliter med destruktive kranglemønstre eller utroskap, men det viser seg at de forebyggende samtalestiene er de mest populære. Tiden du bruker i samtaler som skaper større trygghet, gir mer glede enn enda en time foran en tv-serie, sier Narum.

Parweb finnes som webtjeneste og lanseres nå i januar som app for Android og iOS.

\*\*\*\*\*

For mer informasjon eller brukererfaringer, kontakt psykolog og gründer Andreas Løes Narum: Telefon: 9954 4554, e-post: andreas@parweb.no

Se <https://parweb.no/om-parweb> om du vil ha mer informasjon eller bilder av Narum