A person is standing on the edge of a large, layered rock formation, looking out over a vast, hazy valley. The scene is bathed in the warm, golden light of a sunset or sunrise. The person is small in the frame, emphasizing the scale of the landscape. The text is overlaid on a dark horizontal band across the middle of the image.

**6 sikre kjennetegn på at du er i et dominerende forhold**  
For deg som ønsker å finne tilbake til din egen trygghet



Hva er det som gjør at mange  
føler seg fanget i negative  
omgivelser?

# En hverdag hvor man...

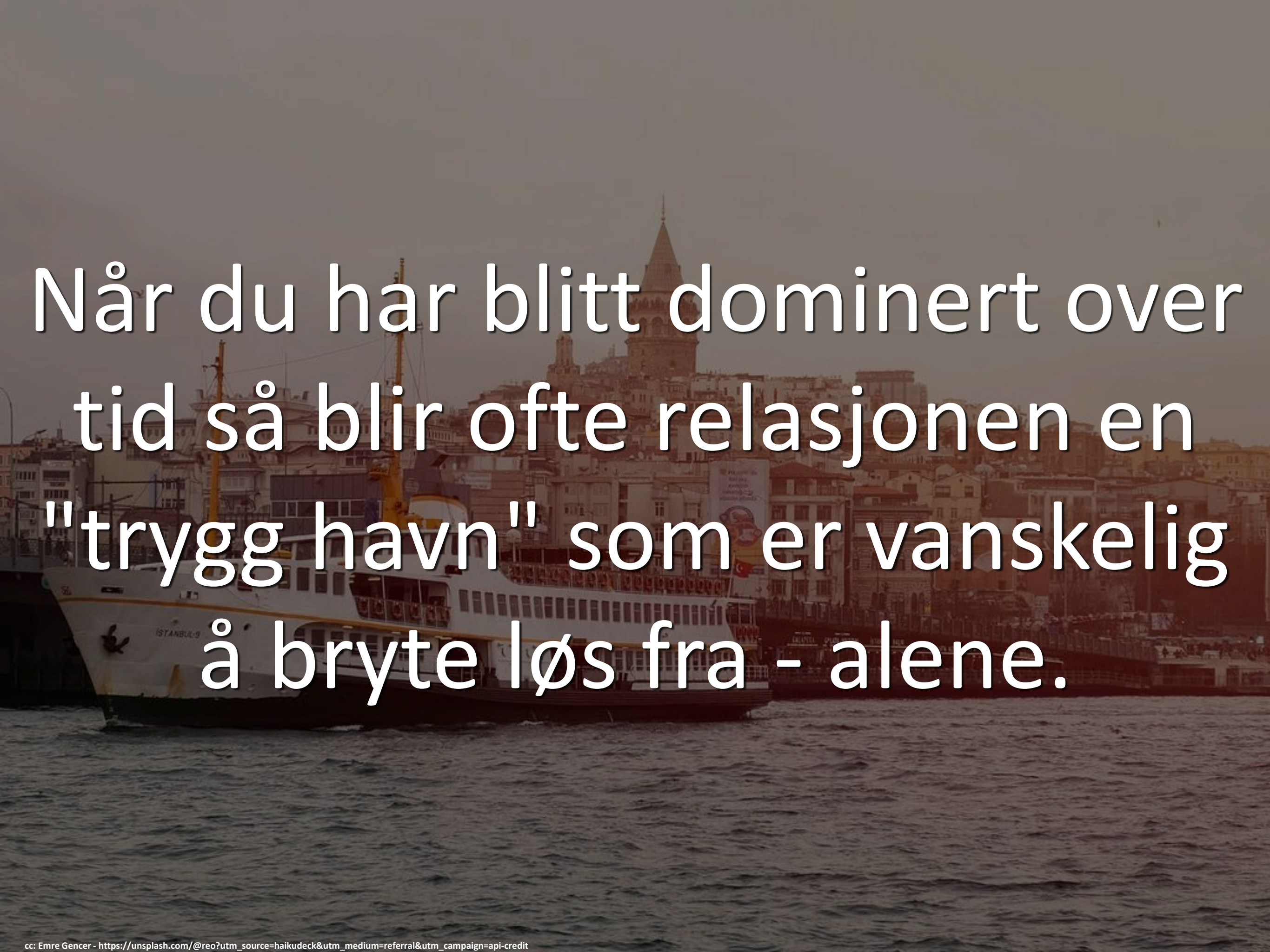
- Går på “tå hev”
- Går på kompromiss med seg selv
- Savner å stole på seg selv
- Synes det er utfordrende å snakke sin sannhet
- Føler seg isolert
- Lever med frykt og usikkerhet over morgendagen



En slik hverdag holder mange  
fast i offerrollen...



Jeg vet hvordan du har det og  
hvor vanskelig det kan være...



Når du har blitt dominert over tid så blir ofte relasjonen en "trygg havn" som er vanskelig å bryte løs fra - alene.

A group of diverse hands of various skin tones are shown from the top, palms facing down, holding a large, vibrant red heart. The heart is the central focus, and the hands are arranged in a circle around it. The background is dark, making the red heart and the light-colored hands stand out. The overall mood is one of unity and care.

Denne presentasjonen handler  
om hvordan DU kan føle deg  
trygg igjen...

A black and white photograph of a muscular man wrestling a dragon. The man is on the left, leaning forward with his right arm raised in a fist, while the dragon is on the right, coiled around him. The scene is set against a cloudy sky. A semi-transparent dark grey box is overlaid on the center of the image, containing white text.

... og hvorfor det ikke er din skyld at  
noen mennesker ønsker å  
dominere deg



A photograph of several small green seedlings growing in a dark brown soil tray. The seedlings are in various stages of growth, with some having two leaves and others just starting to emerge. The background is a soft, out-of-focus green.

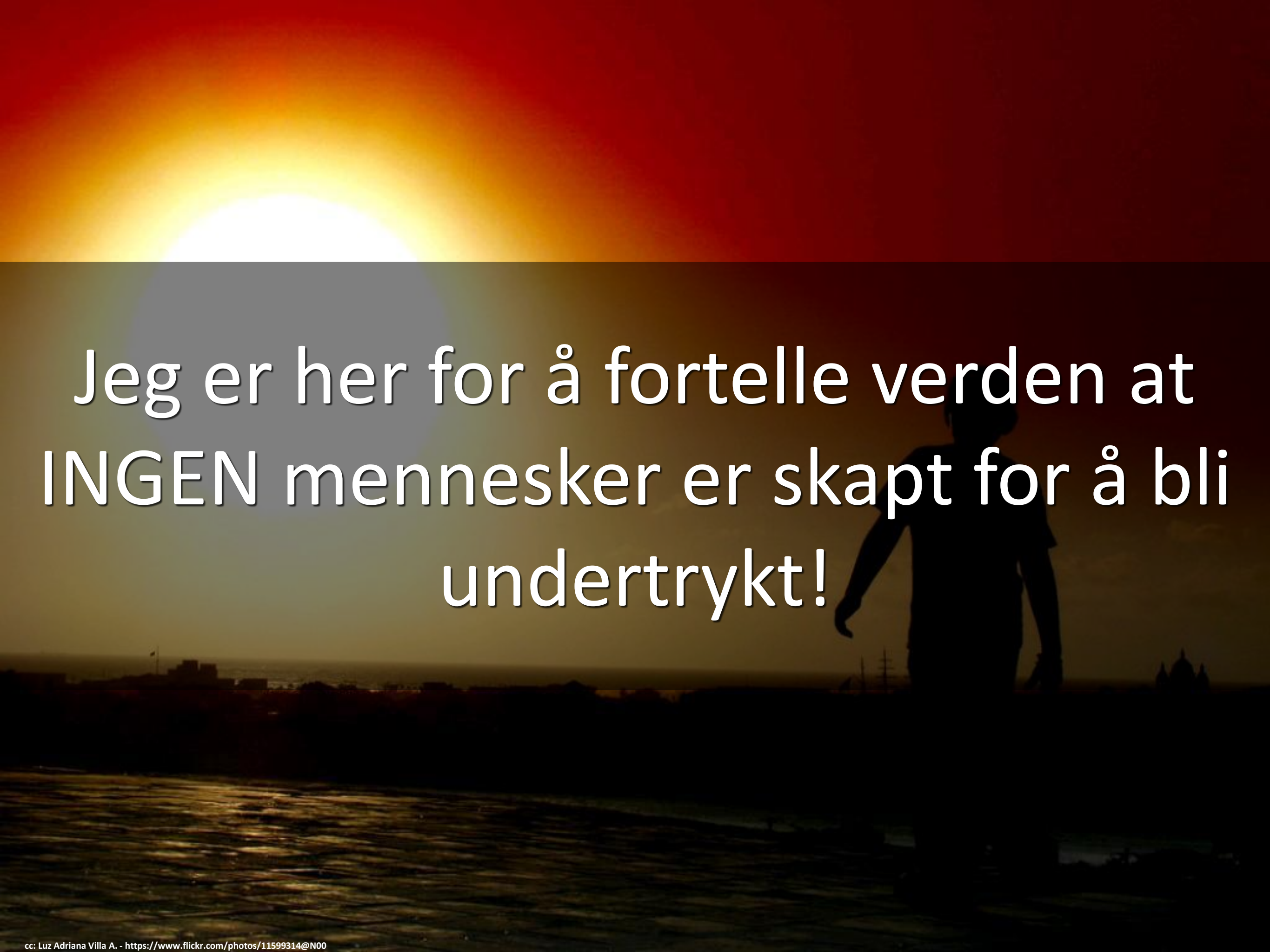
Vi trenger ikke å være et resultat av en vanskelig oppvekst

Men først noen ord om meg



# Camilla Bødtker Pedersen

Har levd i dominerende forhold / Thetahealer / Coach

A sunset scene over a body of water. The sun is low on the horizon, creating a bright orange and yellow glow. The sky transitions to a deep red and purple. In the foreground, the dark silhouette of a person stands with their back to the camera, looking out at the water. The water reflects the colors of the sunset. In the distance, a city skyline is visible against the horizon.


Jeg er her for å fortelle verden at  
INGEN mennesker er skapt for å bli  
undertrykt!

Her er 6 sikre kjennetegn på at  
du er i et dominerende  
forhold...

...og hvordan du kan komme  
deg ut av det




1. Du går på “tå hev”



2. Du går på kompromiss med deg selv



A close-up photograph of two hands clasped together in a supportive grip. The hands are positioned in the center of the frame, with one hand resting on top of the other. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting an outdoor setting like a park or field. The lighting is bright and natural, highlighting the texture of the skin and the veins on the hands. A semi-transparent dark grey horizontal band is overlaid across the middle of the image, containing white text.

3. Du savner å kunne stole på deg selv

4. Du synes det er vanskelig å snakke din sannhet



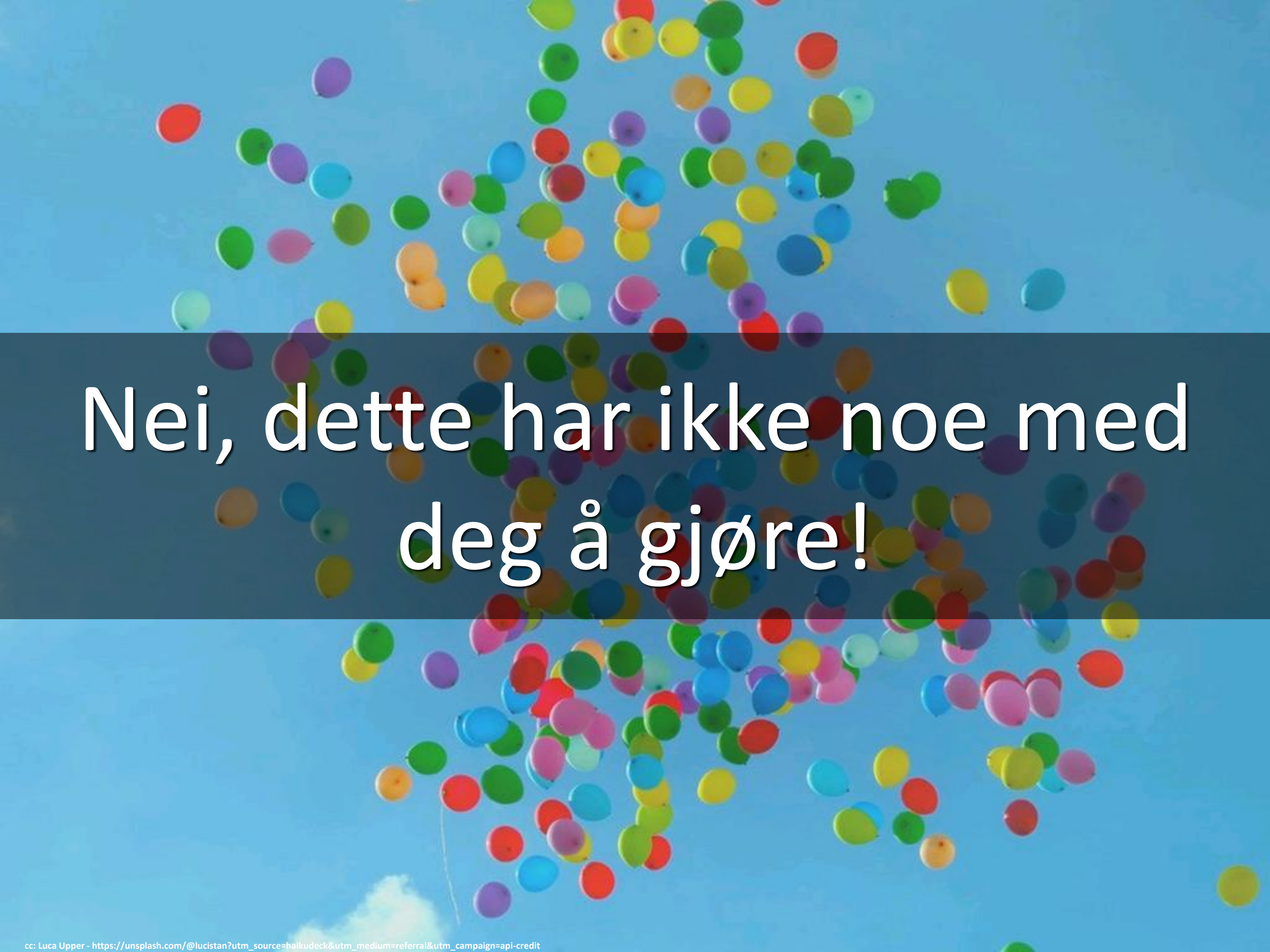
A person is sitting on a sandy beach, seen from behind, looking out at the ocean. The sun is low on the horizon, creating a bright glow and long shadows across the water and sky. The sky is filled with dramatic, layered clouds. The overall mood is contemplative and serene.

5. Du føler deg isolert og alene...



6. Du lever i frykt og usikkerhet over  
morgendagen

Er dette din skyld?



Nei, dette har ikke noe med  
deg å gjøre!

Men det er fort gjort å gå i de  
klassiske tankefellene...

“Jeg må være der for barna”


“ Han/hun er jo egentlig snill”

“Vi har det godt i perioder”





Jeg vet hvordan du har det og  
du er ikke alene

A woman in a white shirt and red pants is running in a field at sunset. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. The woman's hair is blowing in the wind, and she appears to be in motion. A semi-transparent dark grey box is overlaid on the image, containing the text.

Det er fullt mulig å bryte løs fra et  
dominerende forhold!



Hvis noe av dette treffer deg så  
ønsker jeg å prate med deg

En samtale hvor du vil få en klar  
plan til hvordan du kan føle deg  
trygg igjen

En gratis samtale for deg som ønsker å:

- Finne tilbake til selvtilliten og selvfølelsen
- Leve et liv i trygghet
- Ha et sosialt liv med venner og familie
- Leve et liv fri fra undertrykkelse
- Finne tilbake til gleden og livsgnisten i hverdagen

# Mitt løfte til deg

- Få hjelp til å forstå at du ikke trenger å være et offer selv for svært vanskelige situasjoner som har skjedd
- Føle takknemlighet for livet ditt, selv om det har vært tøft
- Bli mindre redd for situasjonen du står i
- Finn håpet om at du kan leve et godt liv igjen



**Ikke fortsett et liv i utrygghet  
Ingen er skapt for å bli undertrykt!**

Book gratis samtale nå