

Mönster: Hamnar du i Trianglar?

Många av de beteenden vi har när vi upplever att vi går i runt i cirklar kan vara del av ett större mönster. Mönster som vi sugits in i och som finns återkommande i det system vi ingår i, i första hand vår ursprungsfamilj. Som individ påverkas vi av (och påverkar) de system vi ingår i och de mönster som kan uppstå där har som syfte att återställa en obalans som hotar att rubba helheten.

Pappas flicka och mammas pojke

Ett vanligt mönster när relationen mellan föräldrarna har svårigheter är att ett av barnen dras in i att försöka "rädda" föräldrelationen genom att kliva in som en tredje part och då närmast ena föräldern, oftast den av motsatt kön, men kan vara samma. Som att barnet säger "jag finns här för dig, mamma/pappa, som din partner och stöd". Det behöver inte betyda något sexuellt, eller ens medvetet, men vi känner igen det på begreppen "mammans pojke" och "pappas flicka". Ett sådant barn känner sig utvald att vara föräldrarnas förtrogna och känner sig betydelsefull som föräldrarnas "speciella person" och kan ha inre, omedvetna, dialoger som "jag vet vad som är bra för dig, jag ordnar allt innan du ens tänkt på det" osv.

Dessa föräldrar har svårt att nå varandra och den kärlek de har inom sig är ofta upptagen på annat håll, till exempel med en tidigare kärlek som de inte förmått släppa taget om.

En förälder som har förlorat en tidigare partner tex genom dödsfall, och inte kunnat sluta älska den personen, eller inte förmått sörja klart och är fortsatt i sin sorgprocess, kanske sitter med omedvetna tankar som att det inte kan vara sant, eller han/hon var den bästa för mig, ingen annan kan ta hans/hennes plats osv. Livet går ändå vidare, och så möter din förälder en ny partner – din mamma eller pappa – och bildar familj. Barn är lyhörda för sina föräldrars uttalade och, framför allt, outtalade behov och tankar och uppfattar omedvetet att här finns något oavslutat, något som behövs. Och sugts in i det vi kallar en insnrjdhed, dvs försöker balansera upp eller kompensera för det som fattas i helheten, i föräldrarnas relation. Utifrån sett finns det en stark logik i det – om helheten inte överlever blir det mycket svårare för individen, barnet, att överleva.

Det kan också handla om att föräldern själv har varit det där barnet som drogs in att vara den 3e parten mellan sina förälder. Att vara speciell för ena föräldern på detta sätt kan vara mycket uppfyllande för ett barn, och leda till att barnet i vuxen ålder inte känner ett behov av att älska eller bli älskad av en partner. Om de ändå finner någon att bilda familj med, kan alltså detta haltande partnerskap uppstå.

Denna slags mönster kan visa sig i en familjekonstellation och få sin förlösning där.

WWW.ASKIS.SE

WORKSHOPS i familjekonstellationer HOS ASKIS MED GUNILLA BOIVIE

Datum :

www.askis.se/workshops/workshops-i-familjekonstellationer/gunilla-boivie/

Göra en konstellation:

Du som har en fråga (är klient) ber de andra deltagarna att representera relevanta personer. Det som är i spel i systemet visas på golvet utifrån hur deltagarna/representanterna står i förhållande till varann och vad de känner/inte känner i relation till övriga på golvet.

I en konstellation använder vi oss av alla sinnen, men mest upplever vi en konstellation genom kroppen. Alla som vill kan vara representant eller klient i en workshop.

Känner du igen dig i något som beskrivs här eller har du frågor? Skicka ett mejl till Gunilla Boivie på gunilla@askis.se

Läs av här med
mobilkameran

