Er det dit ansvar?

- eller lægger du ansvaret over til andre?

Offer-rollen klæder ingen, hvis du spørger mig.

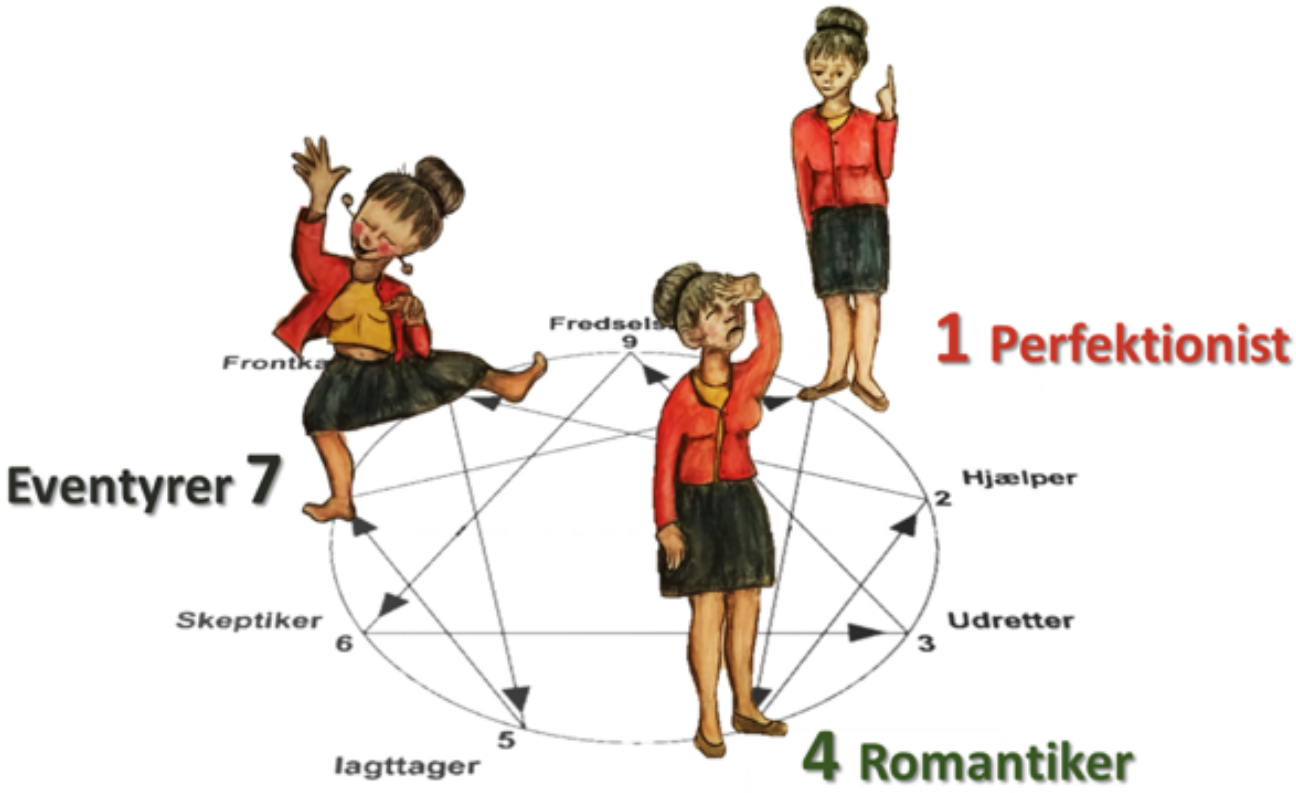
Vil du tænke dig, jeg har mødt Bodil Jørgensens figur: "Du forstår ikke din egen mor, Trine!"

Altså ikke som min egen mor, men i et andet virkeligt menneske.

Først troede jeg faktisk, at hun lavede sjov, indtil det gik op for mig, at det var ramme alvor.

Jeg har haft nogle arbejdsdage, hvor jeg har siddet på kontoret hos en veninde, Ulla (type 5). Hun har kontor hjemme, og hendes mor (type 1) bor der også i nogle tilstødende værelser.

Hver gang denne mor ser sin datter, laver hun en jammerlyd, som går gennem marv og ben på alle, der er inden for rækkevidde af lyden. Det går for sig flere gange om dagen.



Det er i skærende kontrast til hendes tilstand, når hun tror sig uset. Her danser og synger hun, så det nærmest er en fryd. På et splitsekund skifter hun til den rene jammerlap, hvis hun opdager, hun er set. Hun ser ud til at have glemt, at alle har set og hørt hendes dans og sang. Den er ikke eksisterende, som om hun er usynlig, når hun er glad.

Efter et par dage med klynkeriet overhører jeg denne samtale kort efter, at jeg er mødt ind på kontoret.

"*Du spørger aldrig til, hvordan jeg har det*" jamrer moren.

"*Det behøver jeg ikke*", svarer Ulla. "*Det giver du selv fint udtryk for, hver gang du ser mig.*"

"*Uf, hvor er du altså hård, Ulla. Det er jo håbløst. Ingen interesserer sig for, hvordan jeg har det*", siger moren.

"*Hvad er det du vil have, mor?*" spørger datteren nu.

"*Ja, hvis jeg selv skal sige det, kan det være lige meget*", svarer moren, mens hun lukker al luften ud af lungerne i et langt suk.

Hun fortsætter: "*Du ved ikke, hvordan det er - du kan overhovedet ikke sætte dig ind i det.*"

Og så kommer den – sætningen med tonefald og det hele: "*... Du forstår ikke din egen mor, Ulla.*"

Jeg er færdig af grin og må bide mig selv i læben for ikke at bryde sammen i krampe.

At overvære, hvordan et ellers normalt forstandigt og voksent menneske, i den grad gør sig selv til offer, er næsten mere end jeg kan bære. Min indre svinehund kommer til syne, og jeg får trang til at sige: Så tag dig dog sammen og få dig et liv. Du har kun det samme, og ingen kan leve det for dig, ej heller din datter ...

Nu er hun jo ikke min mor, og det tilkommer ikke mig at blande mig i den sag. Så jeg kan slippe det og bare grine. Men for søren da, hvis det er, hvad jeg skulle have været igennem med min egen mor, så har jeg her fundet en fordel ved, at hun tidligt er gået over til de evige jagtmarker.

Typernes dans i Enneagramcirklen

Som type 8 i Enneagrammet er det en af mine skyggesider ikke at kunne holde andres offerrolle ud. Jeg ville aldrig tillade mig selv (eller mine kære) at sidde fast i en offerrolle, der fik mig til at fremstå som et skvat uden rygrad, mens jeg lægger ansvaret for min lykke i hænderne på andres for godt

befindende. Så til dig, der har lidt svært ved at forstå, hvordan type 8's mangel på empati kommer i spil, er det her et fint eksempel.

Havde moren været en person, der betød meget for mig, ville jeg have gjort mit til at få hende ud af type 4 og tilbage i type 1. Du ved sådan lidt hostile coaching ;-).

Eller forhåbentlig ville jeg bruge en mere human og empatisk tilgang med den værktøjskasse, jeg har adgang til i dag.

Det er altid værd at huske på:

Når vi er stressede, tager vi det værste fra både vores stressben og vores tryghedsben. I vores adfærd ligner vi stresstypen mest.

Når vi er trygge og har det godt, tager vi det bedste både fra vores tryghedsben og vores stressben. I vores adfærd ligner vi tryghedstypen mest.

Type 1, tager derfor træk fra **type 7** i tryghed og **type 4** i stress. Både type 7 og type 4 er meget anderledes end type 1, og derfor bliver skiftet mellem de tre typer også ret markant.

I **type 1** ønsker moren pligt før fornøjelse, tillid, klarhed og integritet.

I **type 7** ønsker hun frihed, ingen begrænsninger, ingen forpligtelser, sjov og glæde. Der er håb.

I **type 4** ønsker hun betydning, at være noget særligt, og føle sig forbundet. Da håbet om at opnå dette er forsvundet, forsøger hun at opnå det ved at være klagende og lidende. Hun føler sig totalt forladt og forsøger at blive reddet og ad den vej føle sig betydningsfuld og forbundet. Som en anden type 1 fortalte mig: Når hun er der, er det hendes eneste tilladte kommunikationsform.

Skal du coache denne mor med Enneagrammet indover, er det vigtigt, at du først og fremmest er klar over, at hun er præcis, som hun skal være. Det er ikke din opgave, at lave nogen om, ej heller moren i historien her. Derudover coacher du bedst type 1 fra den bedste side af type 4 og 7, mens du stadig husker på, at kun du er dit ansvar.

På vores Enneagram Pilot Uddannelse, lærer du:

- At typebestemme og coache i dybden med Enneagrammet.

Du lærer også:

- Hvordan du undgår at lægge ansvaret for dig ud til andre.
- Hvordan du slipper selvsabotage og sørger for din egen lykke.
- Hvordan du tackler dine forældre og andre relationer, når de forsøger at lægge ansvaret over på dig.

En anden af mine veninder siger altid:

Hvis enhver tager varer på sig selv, er der ingen, der bliver glemt.

Og det kan hun jo have meget ret i.

Det var alt for denne gang. Tak fordi du læste med.

Kærlige hilsner
Britta

PS. Du læser mere om vores Enneagram Pilot Uddannelse her og du tilmelder dig her:

Ja tak – Tilmeld mig

Testimonial

Jeg har haft den fornøjelse at deltage på flere uddannelser gennem Fleksiba. Senest Enneagram Master Coach og Enneagram Piloten. Jeg kan varmt anbefale at deltage i, ja stort set alle de kurser, som Britta og Michael afholder. Britta og Michael er, hvad jeg vil betegne, de bedste indenfor deres kompetencefelt. Og det, der specielt har motiveret mig, til at fortsætte igen og igen er, at Britta og Michael er utrolig dygtige, nærværende, rummelige og professionelle. De mestre alle niveauer, også de, der til at begynde med er svære at forstå. Britta og Michael formår at få alle kursister med hele vejen på en tryg og kærlig måde.

Fleksiba skiller sig ud ved at tilbyde kursusforløb, hvor holdene er mindre. Det gør, at forløbene bliver intense og lærerrige. Det er inspirerende at der f.eks. ikke er en mere fast plan for dagen, end at den kan ændres, hvis der er behov for fordybelse undervejs. Det er det, man lærer af og fyldes op af. Og alt er læring i processen.

Jeg kan derfor varmt anbefale at tage kurser gennem Fleksiba. Man får en gave for livet og en kæmpe indsigt i sig selv og om andre typer.

Helle Maibohm

(FlexBiz Partner)
Danshøjvej 52 B, DK-2500 Valby
Telefon: +45 2073 3937

Copyright © Flexible Business Group, 2009-2026.
Kilde-URL (modified on 12/02/2016 - 10:55): https://fleksiba.basedomain.dk/blogs/er-det-dit-ansvar?language=en