

# TILPASNINGSMØNSTRE I PARFORHOLDET & TEMAER I MAGTKAMPEN

Første Reaktive Respons:	KONTAKT-SKYENDE *1	KLÆBENDE **2	ISOLERENDE *1	PÅ-TRÆNGENDE **2	SELEKTIV HOLDEN TILBAGE *1	FØJELIG ADSPREDENDE **2	FORSIGTIG DELTAGENDE *1	MANIPULERENDE BEHAGENDE **2	ENSPÆNDER *1	OPOFRENDE OMSORGS-PERSON **2	OPRØR
<b>Internaliseret budskab:</b>	"Jeg kan ikke have brug for kontakt med dig, for du vil ødelægge mig"	"Jeg vil blive tryk, hvis jeg får dig til at passe på mig"	"Jeg kan ikke åbne mig for at lære, for du vil invadere mig"	"Jeg vil blive elsket, hvis jeg får din opmærksomhed"	"Jeg kan ikke være mig selv, for så vil du gøre mig til skamme"	"Jeg vil få kærlighed hvis jeg behager dig"	"Jeg kan ikke lave fejl, for så vil du bebrejde mig"	"Jeg vil få kærlighed hvis jeg forbedrer mig og er sød imod dig"	"Jeg kan ikke være sårbar, for du vil skamme dig over"	"Jeg vil blive elsket"	"Jeg vil blive respekteret"
<b>Adfærd overfor partneren:</b>	Adskiller sig Undgående	Klæbende Krævende Forsøger at fusionere	Sætter grænser for samhørigheden Passiv-aggressiv Distancerende	Ambivalent (forfølger og trækker sig tilbage)	Hemmelighedsfuld Kritisk Dominerende	Underdanig Passiv-aggressiv Manipulerende	Forsøger at undgå konkurrence	Manipulerende Aflørende Sælvsøgende	Enspænder	Opførelse	Opførelse
<b>Opfattelse af Partnerens Adfærd (Benægtet Selv)</b>	Krævende Alt-fortærende	Utilgængelig Har ingen følelser En klippevæg	Usikker For afhængig For trængende	Distant Har ingen behov	Disorganisere t Diffus Forvirret	Ufølsom	Manipulerende	Manipulerende	Enspænder	Opførelse	Opførelse
<b>Kerne Temaer:</b>	For meget samhørighed	Adskilthed	Personlig frihed Autonomi	Partner Pålidelighed og Støtte	Partners kaos eller manipulation	Ufølsom	Manipulerende	Manipulerende	Enspænder	Opførelse	Opførelse
<b>Konflikt håndtering:</b>	Hyper-rationel Undgående Passiv-aggressiv Trækker sig tilbage Kold	Hyperfølelsesbetonet Ikke aflørende Krævende Giver efter	Modsatrettet Distancerende	Bebrejdende Krævende	Disorganisere t Diffus Forvirret	Ufølsom	Manipulerende	Manipulerende	Enspænder	Opførelse	Opførelse
<b>Udviklingspunkt:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hævde retten til at være</li> <li>· Initiere fysisk Kontakt</li> <li>· Ø</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Lade</li> </ul>									

\*1. MINIMERENDE – BEGRÆNSER ELLER FORMINDSKER AFFEKT. (UAFHÆNGIG, TILBAGEHOLDENDE, LUKKET, EKSKLUDERENDE).

\*\*2 MAKSIMERENDE – ØGER ELLER OVERDRIVER AFFEKT. (AFHÆNGIG, TAGER FAT I, DIFFUS, OVER-INKLUSIV, CENTRERET OM ANDRE, IMPULSIV, EKSPLOSIV, UNDERDANIG)

**UDVIKLET AF JOYCE BUCKNER, Ph.D., Psykolog**

© 2003 af Joyce Buckner, Pd.D. All Rights Reserved

Oversat af Jette Simon, Psykolog & Gitte Sander, Psykoterapeut MPF