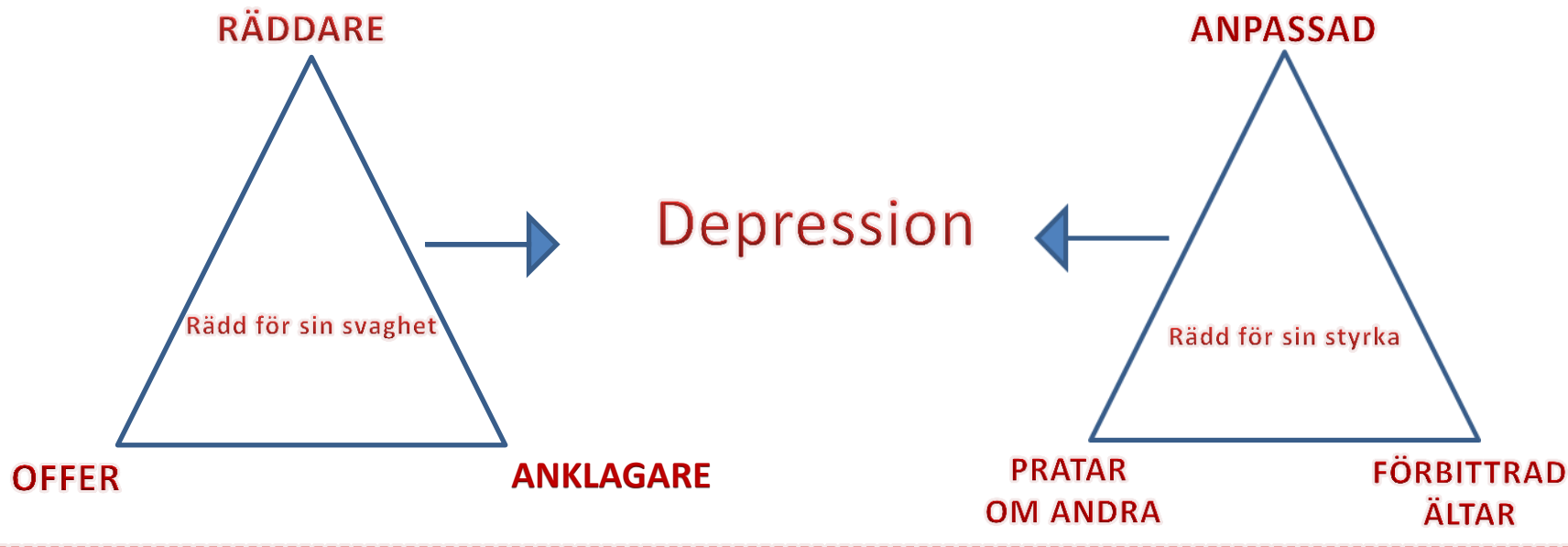


# Våra ego-försvar

”VARNINGSTRIANGLAR”



Här en "bild" på hur våra egoförsvar kan se ut. Ena ytterligheten handlar om Räddaren och vad som därefter händer, när det inte blir som "Räddaren" omedvetet tänkt sig. Han/hon blir en "anklagare" och därefter ett "offer". Den andra ytterligheten handlar om den "Anpassade", som när det inte blir enligt förväntan, hamnar i "bitterhet" och för att komma vidare, "pratar illa" om andra. Omedvetet rör vi oss utefter hela skalan. Mer eller mindre...

## Kommentar:

Under några år, hade jag förmånen att arbeta tillsammans med väldigt bra personer. Vi arbetade med grupper. Hon liksom jag ville mer av MEDVETENHET om sig själv. Vårt samarbete vilade därför på SANNINGENS grund, vilket innebär att så fort något inte "kändes" helt ok, delade vi våra egna Sanningar. Därmed fick vi syn på våra olika försvarsstrategier. Min strategi är Räddarens och hennes var den Anpassade. Jag som Räddare är också rädd för min "svaghet". Den Anpassade är ofta rädd för sin "styrka".