liv giver mig koldsved".

Problemer med kærlighedsforhold er reglen snarere end undtagelsen for det voksne Udvalgte Barn, og et af de mest almindelige problemer er frygten for intimitet og forpligtelse. For en person, som var bundet sammen med en omklamrende forælder, kan enhver tæt relation føles som en invasion. Jeg ser dette træk ret ofte hos mænd, som var den udvalgte søn af aggressive, dominerende mødre. De ønsker kærlighed i deres liv, men tanken om et monogamt ægteskab bringer hjemsøgende minder om sammenfiltring tilbage. At der kan være frihed i en relation går fuldstændigt imod deres erfaring. Blaine har været gift og skilt fire gange. Hver gang et ægteskab er slut, har han lovet sig selv, at han aldrig ville gifte sig igen. Oplevelsen var for smertefuld. Men et år eller to efter en skilsmisse fandt han sig selv stærkt tiltrukket af en ny kvinde, og inden for kort tid giftede han sig igen. I starten følte han sig tryg med sin nye kone, derefter ville en kvælende følelse af tæthed begynde at bygge sig op. Han ville føle, at hans frihed var taget fra ham, og at hver eneste lille ting blev dikteret for ham. Han ville føle sig fanget i en fælde med en kvinde, der lod til at suge marv og ben ud af ham.

Mangel på romantisk tiltrækning

KVINDE: *Jeg er gift med en vidunderlig*
Mand. *Han gør alt for at tilfredsstille*
Mig. Jeg kunne ikke forlange mere.
Alligevel er jeg altid utilfreds. Jeg undrer mig
Hele tiden, 'Hvor er magien?
Er det alt kærligheden, har at byde på?'
MAND: *Jeg har været gift tre gange,*
Og jeg er ved at gå ind i det for fjerde
Gang. Jeg har aldrig fundet det, jeg
Leder efter, i en kvinde. Alle mine
Koner har skuffet mig.

Det normale forælder/barn-bånd er magtfuldt i og af sig selv; når det bliver forstærket af sammenfiltring bliver det altovervældende. Uden at vide det, går nogle Udvalgte Børn gennem livet i et forsøg på at genkalde sig denne intensitet. I kortere perioder – typisk i en affære eller den romantiske fase af et forhold – vil der måske være en smule af den længselsfulde passion. Men når romantisk kærlighed forsvinder, bliver de konfronteret med de uundgåelige perioder af kedsomhed, stilstand, frustration og vrede. Dette er del af den normale progression i et kærlighedsforhold, men Det Udvalgte Barn kan ikke håndtere nedturen. Han eller hun vil enten være kronisk utilfreds i et ægteskab eller lede efter en udvej. Almindelige måder at komme ud af et ægteskab er: Skilsmisse; hemmelige affærer; at blive overinvolveret med et barn; misbruge stoffer eller alkohol og arbejdsnarkomani.

Konflikter mellem samlever og forælder

"*For ti år siden købte jeg et hus med*
Min mor og flyttede sammen med hende. På det
Tidspunkt gav det god mening økonomisk.
Nu, da jeg er gift, ønsker min kone, at vi
Flytter ud og får vores eget hus.
Hun hader at bo sammen med min mor. Men
min mor vil ikke købe mig ud. og hun
vil ikke lade mig købe hende ud. Dette dilemma
er ved at ødelægge mit ægteskab".

især min kone. Hun siger, at det at leve med mig er som at leve sammen med en fremmed."

Personer, der vokser op i sammenfiltrede familier, har stor sandsynlighed for at få problemer med grænser senere i livet. Nogle vil bevare de løse grænser, de oplevede som børn, aldrig sikre på hvor de selv begynder, og andre slutter. De deler måske intime detaljer om deres ægteskab med kolleger. De føler sig måske bebyrdet med kollegers personlige problemer. De bliver måske involveret i deres børns problemer. De kræver måske mere tid og opmærksomhed fra deres venner end det, den normale venskabsrolle dækker. Fordi deres grænser blev krænket som små, har de svært ved at genskabe dem som voksne.

Andre har den modsatte reaktion: De bygger en mur omkring sig for at beskytte sig selv mod yderligere skade. Det er disse mennesker, du føler, du aldrig rigtig lærer at kende. De spørger ikke til dine problemer; de fortæller ikke om deres egne. De har få, hvis nogle overhovedet, nære venner. De er varsomme over for nære kærlighedsforhold og sene til at forpligte sig. Hvis de gifter sig, vil deres ægtefælle måske føle sig ensomme og fremmedgjorte. De har kompenseret for en invaderende forælder ved at blive overbeskyttende omkring deres tanker og følelser.

En aften så jeg et klart eksempel på, hvordan invaderende forældreskab kan føre til problemer med grænser. Jeg var til en basketball-kamp på en skole i lokalområdet og kom tilfældigvis til at sidde ved siden af en far til en af spillerne. Hele aftenen igennem var mandens opmærksomhed fæstnet på sønnen. På et tidspunkt spurgte han mig, en relativt fremmed, om jeg ville hente en hotdog til ham. "Jeg vil ikke tage øjnene fra spillet", forklarede han. "Jeg kan se på min søns spil, at han er modløs. Hans skuldre er helt trukket op. Han tænker, at han ikke er god nok. Han er bekymret over, hvad træneren tænker. Han har brug for mig i aften til at holde ham oppe. Jeg er nødt til at blive for at overvåge, så jeg ved, hvordan jeg bedst hjælper ham".

Jeg så på gruppen af unge mænd og fik øje på hans søn. Jeg observerede ham omhyggeligt, men sporede ikke noget af den adfærd, hans far havde beskrevet. Drengen lod til at have det fint og spillede ligeså godt som alle andre. Hvis han virkelig var modløs, som hans far formodede, så var det meget subtile signaler, han sendte. I det øjeblik ramte intensiteten af faderens involvering mig. Drengen lod til at have to valg: (1) acceptere sin fars observationer som sandheden og åbne sig selv for overgreb eller (2) bygge en tyk mur omkring sig for at afværge invasionen. Begge handlemuligheder ville føre til forvirrede personlige grænser i senere år.

Genopbygning af grænser nedbrudt af en forælder er en hjørnesten i at komme sig over følelsesmæssig incest. Jeg rådgav en kvinde for ikke så mange år siden, hun havde gjort store fremskridt i at genvinde sin følelse af personlig autonomi. For at hjælpe hende med at gøre dette inviterede jeg hendes far til at deltage i en terapisession, hvilket han straks gik med til. "Jeg vil gøre hvad som helst for min datter", fortalte han mig. Som mange overinvolverede forældre var han dybt hengiven over for sin datter og så sig villig til at gøre alt, hvad der stod i hans magt, for at hjælpe hende. I den tre minutter lange session blev det tydeligt for min klient, at hendes far ikke forstod hende overhovedet. Han havde ingen idé om, hvad hun tænkte eller følte. Han blev ved med at lægge hende ord i munden, som hun aldrig havde sagt, og han tilskrev hende følelser, som var hende fuldstændigt fremmede. Så snart hendes far havde forladt konsultationen, gav hun udtryk for dybtfølt lettelse: "Alle disse år har jeg gået ud fra, at han kunne læse mine tanker, at han vidste alt, hvad jeg tænkte. Jeg følte, at han var inde i mit hoved! Nu ser jeg, at han ikke aner, hvem jeg egentlig er. Jeg kan ikke fortælle dig, hvor lettet jeg er!"

Problemer med relationer

Frygt for at forpligte sig

"*Jeg klarer mig helt fint med kvinder helt ind til det punkt, hvor ordet 'forpligtelse' bliver nævnt. Så får jeg lyst til at vende om for at flygte. Tanken om at leve med kun en kvinde resten af mit*