

Bagatellisierung und Verdrängung

Es werden Veränderungen, Spannungen, abnehmende Kommunikation, Stimmungsschwankungen, häufiger Streit und Stress im Zusammensein und Zusammenleben wahrgenommen. Unstimmigkeiten werden bagatellisiert.

Mit Bagatellisieren, Zudecken, Verheimlichen, Verdrängen und Leugnen wird versucht, Missstände, dysfunktionales Verhalten oder das Brechen von Regeln zu übersehen.

Man verhält sich neutral, verharmlost oder schweigt: „So schlimm ist es auch wieder nicht!“ „Bei uns ist alles in Ordnung!“ „Wir haben es im Griff!“

Anklage

Wenn die aktuelle Situation als untragbar erlebt wird und alle Versuche, dem sich dysfunktional verhaltenden Menschen zu helfen, erfolglos geblieben sind, kommt es häufig vor, dass Vorwürfe laut werden:

"Wegen dir bricht alles auseinander. Wegen dir geht es uns allen schlecht."

Man teilt die eigene Last dem sich dysfunktional verhaltenden Menschen mit und droht nicht selten Konsequenzen an, wenn sich dessen Rollenverhalten nicht ändert.

Erklärungen und Entschuldigungen

Oft versuchen Systemangehörige das dysfunktionale Verhalten eines Menschen zu entschuldigen und zu erklären.

Sie übernehmen zunehmend Verantwortung für ihre Angelegenheiten und verheimlichen oder decken ihre Unregelmässigkeiten vor anderen.

In der Hoffnung, eine Systemstörung und dysfunktionales Verhalten in den Griff zu bekommen

- wird bei persönlichen, schulischen oder beruflichen Pflichten die sich dysfunktional verhaltende Person unterstützt oder entlastet;
- werden stundenlang die Nöte und Ärgernisse des sich dysfunktional verhaltenden Menschen angehört.

Kontrolle - Manipulation

Systemangehörige verwenden viel Zeit und Energie darauf, Menschen mit dysfunktionalem Verhalten in Schach zu halten. Auflagen und Kontrollen sollen das Verhalten beeinflussen und reglementieren.

Formen der Kontrolle über einen sich dysfunktional verhaltenden Menschen können sein:

- Dessen Schwächen des anderen zum eigenen Vorteil nutzen;
- Ihn beim Lügen zu ertappen versuchen;
- Personen, die dysfunktionales Rollenverhalten unterstützen oder verstärken können, fern halten;
- Probleme des sich dysfunktional verhaltenden Menschen zu lösen oder zu verhindern versuchen;