

De tidiga erfarenheternas tyranni

Inom psykologin finns det inriktningar som gör barndomens upplevelser till det mest centrala för hur vi utvecklas personlighetsmässigt och förhåller oss till olika saker i livet som vuxen, t ex nära relationer. Man har utvecklat samtalsmetoder (psykoterapi) som bygger på detta antagande. Det vill säga att det lidande du upplever som vuxen är direkt kopplat till dina barndomsupplevelser och att för att åter raljera litet – det är din mammas och pappas fel om du inte blir framgångsrik eller mår dåligt. Om man ser till modern forskning i form av tvillingstudier stämmer inte detta – det biologiska inslaget är lika stort eller större. Sedan har du ju själv genom dina val påverkat hur ditt liv som vuxen utvecklar sig. Fast om du vill kan du ju såklart skylla även detta på dina föräldrar – då ju dina gener kommer direkt från dem och genom att argumentera för att dina dåliga val beror på dina föräldrars menliga inverkan på dig.

Oavsett om det är biologi, socialt arv eller egna val som format din person och ditt liv mest så är det sociala arvet onekligen en kraftfull faktor. En del människor har riktigt otäcka barndomsupplevelser i form av fysisk och / eller psykisk misshandel eller sexuella övergrepp. Då kan det vara extra lätt att fastna i dessa upplevelser – de blir till en tyrann som styr ens liv, fast man inte vill det. Men tyranner kan störtas och de tidiga erfarenheternas tyrann kan du arbeta på att störta på egen hand. Lätt att säga kanske, men inte alltid lätt att göra. På ett plan är det dock så att oavsett vilken typ av barndom just du har haft kan du faktiskt välja hur du ska förhålla dig till den som vuxen. Mera om hur du kan jobba med dig själv på olika sätt finner du i avsnittet om metoder. *Frihet skulle kunna ses som - det vi själva gör med det som har gjorts med oss. Eller med andra ord; du behöver inte låta din historia bestämma vem du är, men om du vill kan du låta din historia påverka vem du kommer att bli.*