

Enneagrammet

Enneagrammet rommer en gammel lære om ulike personlighetstyper. Enneagrammet bygger på sjelesørgerisk erfaring, og gjør ikke krav på å være vitenskapelig eller å representere en bestemt retning innenfor teologien eller psykologien. Det er til og med ting som tyder på at systemet er mer allmennmenneskelig og ikke behøver å ha noe spesielt kristelig opphav.

Mange har opplevd at Enneagrammet har hjulpet dem til å finne ut av seg selv. Andre, deriblant redaktøren for disse nettsidene, tar det med noen klyper salt. Men uansett: Noe kan vi lære av det

Den følgende fremstilling er utarbeidet av ut fra boken "DAS ENNEAGRAMM. Die 9 Gesichter der Seele" av Richard Rohr og Andreas Ebert. Claudius Verlag, München 1989.

Ulike framstillinger beskriver ikke de ulike personlighetstypene helt likt. Men hovedtrekkene går igjen

Type 1: Den idealistiske

MAGEMENNESKE. Reagerer instinktivt. Styres av fiendtlighet, ubevisst dreier det seg om makt eller rettferdighet. Livet er en kamp.

BESKRIVELSE: Idealisten som lengter etter sannhet, rettferdighet og moral. Eneren er ærlig og grei, får andre med seg og blir ofte leder, lærer eller forbilde. Er ofte punktlig, renslig, nøyaktig, ansvarlig, pliktoppfyllende og seriøs. Kan også bli nøysom og enda puritansk.

Har vanskelig for å godta egen ufullkommenhet, kjenner stadig på en indre anklage og føler seg sjelden "god nok". Kan ofte se bort fra sine egne behov for å leve opp til forventninger fra andre. Har vanskelig for å ta viktige bestemmelser av frykt for å gjøre noe galt.

Det er også vanskelig å godta andres ufullkommenhet.

Har lett for å kreve fullkommenhet fra ektefellen, og blir irritert når denne ikke stadig arbeider for å forbedre seg. Tendens til sjalusi og misunnelse.

BAKGRUNN: Har ofte en bakgrunn der de har blitt oppfordret til å ta seg sammen og gjøre sitt beste, leve opp til andres forventninger og på en måte "fortjene" sine omgivelers kjærlighet. En er ofte på et for tidlig stadium gått inn i en voksens rolle.

Type 2: Den omsorgsfulle

HJERTEMENNESKE. Sosial og utadvendt. Ansvarsfølelse. Det dreier seg ofte om prestisje og image. Livet er en oppgave. Undertrykker aggresjon når det er sammen med andre.

BESKRIVELSE: Toere er villige til å ofre seg for andre og få andre til å føle at de er verdt noe. De gir nærhet og formidler nestekjærlighet. De har en stor bekjentskapskrets og blir fort "nære" venner med andre. Det sosiale nettverket ville bryte sammen uten toere. Toere er levende interessert i andres problemer, og tar gjerne imot betroelser.

Samtidig er de svært avhengig av andres respons og bekreftelse. Som hjelpere har de en tendens til å virke dominerende (tror de vet best hva andre trenger). De er avhengig av å føle at andre "trenger dem" - i den grad at den beste måten å manipulere en toer på, er å antyde at en trenger ham eller henne. Først etterpå kan toeren få en følelse av å være utnyttet ("Hvorfor sa jeg 'ja' nå igjen?"). Andres hjelpeløshet, kanskje særlig barns, appellerer til dem. De ønsker å gi barna det de selv innerst inne lengter etter (og ikke vil vedkjenne seg at de lengter etter). De kan også søke en partner som på en eller annen måte er avhengig av dem.

Toere ønsker å smelte sammen med noen. De er romantiske, og leser gjerne kjærlighetsromaner.

Toere kan i den grad være opptatt av å tilpasse seg til andre at får identitetsproblemer. Det føles best å være sammen med bare en person om gangen, sammen med flere (som en har hjulpet) er det ikke så lett å vite hvordan en skal være. Uten andre mennesker eller en hjelperrolle er det en ikke helt hvem en er eller hva en selv egentlig føler. En er redd ensomhet.

En toer kan være ordentlig redd for å få avdekket egne behov, egen svakhet.

En toer er blitt utnyttet (dvs. at vedkommende har hjulpet noen uten å få noe igjen) kan plutselig vise et forferdelig sinne og angripe.

BAKGRUNN: Mange har hatt en grå og trist barndom med lite virkelig trygghet og manglende følelse av tilhørighet. Andre kan fortelle at de stort sett har mottatt beetinget kjærlighet fra andre. Kjærlighet var noe en måtte "kjøpe". Men på visse betingelser har de altså kunnet få mye kjærlighet og trygghet. Mange toere har på et tidlig stadium fungert som støtte for andre familiemedlemmers følelsesmessige behov.

Type 3: Den resultatorienterte

HJERTEMENNESKE. Sosial og utadvendt. Ansvarfølelse. Det dreier seg ofte om prestisje og image. Livet er en oppgave. Undertrykker aggresjon når det er sammen med andre.

BESKRIVELSE: Treere får utrettet noe. De setter seg personlige mål - og når dem. De ønsker å oppnå suksess og karriere. Det dreier seg om å vinne eller tape. De kan begeistre andre, skape en god atmosfære blant medarbeidere, ha stor innflytelse og få gjennomført store prosjekter de selv har tro på.

Dette er kanskje den gruppen som har vanskeligst for å få kontakt med egne følelser. De gråter sjelden. De liker ikke "å gå i dybden", men synes alt fungerer utmerket på overflaten. "Sannheten" er identisk med det som fungerer. Derimot kan de gå inn i nesten hvilken som helst rolle og spille den godt. Rollen gir ytterligere motivasjon til innsats. I enhver situasjon vet de hvordan de skal oppføre seg og hva ulike mennesker forventer av dem.

Treere har en tendens til å framstille alt det de identifiserer seg med overdrevent positivt. De problematiske sidene omtales ikke. De hater nederlag. Nederlag innrømmes ikke - dersom de ikke kan beskrives som en delvis seier. Alt dette grenser til uærlighet.

Selvfølelsen er avhengig av framgang og suksess. Sykdom og alderdom er truende.

Treere har ofte et tiltalende utseende, de er smilende og joviale. På det seksuelle området er de opptatt av den ideelle mandighet/kvinnelighet.

BAKGRUNN: Treere har ofte fått ros og belønning når de har utrettet noe (gode karakterer, prestasjoner på idrettsbanen, osv).

Type 4: Den originale

HJERTEMENNESKE. Sosial og utadvendt. Ansvarfølelse. Det dreier seg ofte om prestisje og image. Livet er en oppgave. Undertrykker aggresjon når det er sammen med andre.

BESKRIVELSE: Fireren har sans for det vakre og harmoniske, er sensibel og på en måte kunstnerisk begavet. Alt som har livsenergi eller virker "ekte", er tiltrekkende. Fireren oppfatter fort andre menneskers stemninger og følelser. Har i det hele tatt sans for "atmosfære". Kunst, drama og litteratur er viktig. Føler seg ofte mer hjemme i det underbevisste, i drømmer og symboler enn i den virkelige verden. Fireren har sans for det spesielle, og vil gjerne bli lagt merke til. Fireren hater det alminnelige og masseproduserte. (Som kunstnere kan de skildre den vanlige mann med stor varme og sympati, men de orker ikke leve blant vanlige mennesker.)

Fireren føler seg litt annerledes og utenfor. Det kan føre til at han eller hun mener å ha rett til å bryte de vanlige normene. Kanskje har de også en spesiell måte å kle seg på og en spesiell livsstil.

Det å lenge etter noe er ofte viktigere enn å ha det. Når det etterlengtede er innen rekkevidde, tapes ofte interessen for det. Dette kan også gjelde partnere, og firere er vanskelige kjærester. Ofte har de en tendens til å kritisere den andre. Forholdet til partneren kan preges av konkurranse eller det å gjøre inntrykk.

Fireren har respekt for autoriteter som er spesielle eller har "dybde".

Fireren veksler når det gjelder stemningsleie, aktivitet og passivitet, tendens til å forføre for så å avvise andre.

BAKGRUNN: Mange har allerede tidlig i barndommen opplevd tilværelsen som uutholdelig og meningsløs. Noen har opplevd tap av nære familiemedlemmer - enten i form av død, skilsmisse ol, eller i form av psykisk fjernhet. Positive rollemodeller har manglet. I sin søken etter identitet har derfor fireren vendt seg til den indre verden - i fantasien søkes kilden til kjærlighet.

(Noen ganger har det vært for sterke rollemodeller: en har blitt overbeskyttet eller møtt for sterke forventninger til selv å kunne utvikle en trygg identitet)

Aggresjonen over det tapte er så sterk og dyp at den ikke kan tillates. Mange firere retter den derfor mot seg selv i form av skam og skyldfølelse. Setter av og til seg selv i situasjoner der de blir avvist eller forlatt. Aggresjonen kan også rette seg mot deres egen kropp. Kroppen kan føles ekkel. Mange prøver stadig å slanke seg.

Type 5: Den vurderende

HODEMENNESKE. Trekker seg tilbake. Tenker og resonerer. Plikt og orden er viktig. Frykten er dominerende. Livet er en gåte eller hemmelighet.

BESKRIVELSE: Femmerne tenker før de handler, er (tilsynelatende) i stand til å være objektive og ha et nøkternt syn på virkeligheten. De er gode tilhørere fordi de virkelig makter å lytte til andre. De er interessert i detaljer, og representerer "forskertypen" og filosofene. Mange blir liksom aldri ferdig med studier eller utdanning.

Femmerne går gjennom livet og er opptatte av å få og ta imot (for å fylle tomrommet). Ofte er de mer opptatt av å samle tanker og ideer enn de er opptatt av det materielle.

De har behov for å kunne trekke seg tilbake og ha et beskyttet privatliv. De vil gjerne se og observere mest mulig. Øynene fungerer som støvsugere, og de tar vare på alt de har sett. Derimot liker ikke femmere så godt at andre ser på dem. De hater oppmerksomhet og ønsker helst at ingen legger spesielt merke til dem.

Femmere viser sjelden følelser sammen med andre - der bevarer de roen, objektiviteten og distansen. Følelsene blokkeres mens noe står på. Når femmerne har kommet for seg selv igjen, blir imidlertid følelsene registrert og systematisk ordnet. I tråd med dette har de ofte sterke følelser for mennesker som ikke er til stede enn for dem de er sammen med akkurat nå. Egentlig har femmerne et intensivt følelsesliv.

Femmere er trofaste venner, men en må ikke vente for mye initiativ fra dem, fysisk nærhet eller total hengivenhet. De har vanskelig for å gi andre lillefingeren fordi de er redde for at de skal ta hele hånden. De vil ikke bli avhengig av andre. I fellesskap hater de å være personlige eller "dele". De kan ha problemer i forhold til barn, fordi barna krever både tid, rom og energi, noe femmere trenger mye av for sin egen del.

BAKGRUNN: Noen har allerede i mors liv følt "Jeg er ikke ønsket". Andre har hatt foreldre som har gitt mer psykisk eller fysisk nærhet enn godt er. Barnets indre verden ble derfor det eneste fristedet. Atter andre har hatt foreldre som har gitt heller lite nærhet og følelsesmessig støtte. Slike barn har fått liten hjelp til å uttrykke følelser. En følelse av tomhet, utrygghet, hjemløshet eller ensomhet følger femmerne. Særlig tomhetsfølelsen kan være dyp og skremmende.

Type 6: Den lojale

HODEMENNESKE. Trekker seg tilbake. Tenker og resonerer. Plikt og orden er viktig. Frykten er dominerende. Livet er en gåte eller hemmelighet.

Svært mange mennesker tilhører denne gruppen, men få vil innrømme det. De som ikke vil innrømme det, plasserer seg ofte blant femmerne.

BESKRIVELSE: Disse menneskene kan samarbeide med andre. De pleier varme vennskap og er liketil å være sammen med. Overfor den gruppen eller det fellesskapet de tilhører, viser de trofasthet, hengivelse og ansvarlighet. De kan være originale og vittige.

Samtidig som de er konservative og holder fast på tradisjoner, er de på mange områder beredt til å gå nye veier, og de har klar sans for hva det er mulig å utrette og hva som ikke er mulig.

De har lett for å tvile på seg selv og øyne farer fra alle hold. Dette fører ofte til at trekkes mot autoriteter eller institusjoner som tilbyr sikkerhet, er berømte eller innehar maktposisjoner (dette kan føre dem inn i ekstremer, autoritære eller fundamentalistiske bevegelse). En ambivalent holdning til autoriteter er svært vanlig: Samtidig som en ser opp til autoriteter, er en også skeptisk til dem. Seksere er ofte redde for egen suksess, liker ikke å ta imot ros (dersom den ikke også inneholder en del kritikk) og har lett for å sette seg selv i situasjoner der de må gi opp eller komme til kort.

Det finnes to undergrupper:

Den fobiske gruppen er av naturen forsiktig og har vanskelig for å tro på seg selv og andre. Disse har en tendens til feighet.

Den kontrafobiske gruppen kompenserer for sin frykt og kaster seg ut i risikofylte aktiviteter. Gruppen er lite mottakelig for kritikk.

BAKGRUNN: Mange har hatt foreldre som i større eller mindre grad har vært autoritære, ubeherskede, uberegnelige eller følelseskalde. Noen har opplevd at de har blitt strengt og kanskje urettferdig (fysisk) straffet (fordi foreldrene på denne måten har utagert egne konflikter).

Barn som opplever dette kan reagere på tre ulike måter. De kan

- lete etter en beskytter,
- alltid være på vakt slik at de merker faren tidsnok til at de kommer seg i dekning (mange utvikler en fantastisk følelse for den menneskelige utstråling, atmosfæren eller det som "ligger i luften"),
- selv være aggressive (Angrep er det beste for-svar).

Type 7: Den glade

HODEMENNESKE. Trekker seg tilbake. Tenker og resonerer. Plikt og orden er viktig. Frykten er dominerende. Livet er en gåte eller hemmelighet.

BESKRIVELSE: Sjueren utstråler optimisme og livsglede. Barna flokker seg om ham eller henne. Livet er rikt på opplevelser, det er så meget vakkert og godt, det er så mye en kan le av og ha det morsomt med. Sjueren har sans for det humoristiske og får oss til å se de lyse sidene av livet.

Noen sjueere smiler i enhver situasjon - til og med ved sykeleier eller i begravelser.

Sjueren trenger alltid noe nytt - avveksling, stimulering, opplevelser. Nye muligheter må utprøves. Ubehagelige oppgaver blir derimot utsatt eller uteglemt.

Sjueren er ikke spesialist på noe, men har kunnskap og erfaring fra mange ulike områder er står i fare for å bli overfladisk (eller bløffe). I det dype lurer smerten, og smerte er det sjueren er aller mest redd for. Sjueren kan leve i årevis uten å bekymre seg for livets mørke sider og urettferdigheten i verden. (Sml. type 3) Han eller hun har på en måte bestemt seg for å være lykkelig! Skyggesider omtales ikke - eller benektes.

Innerst inne håper sjueren på at en eller annen vil gjennomskue overfladiskheten og se den dype angsten for smerte. Men sjueren har ofte vært så ensidig glad at få tror at det er smerte under overflaten, selv ikke når sjueren selv begynner å gi uttrykk for nettopp dette.

Sjueren kan også bli absolutistisk og autoritær.

BAKGRUNN: Mange sjueere har opplevd noe vondt og smertefullt, noe de ikke var voksne nok til å takle. For å unngå smerte i framtiden, har de derfor utviklet en dobbeltstrategi: a) Negative eller smertefulle erfaringer blir fortrent eller trykket ned. Når de forteller sin livshistorie, skildrer de den i positive farger - selv når den objektive virkeligheten var alt annet enn hyggelig. b) De bruker mye tankeenergi på å planlegge livet slik at de stadig får med seg mest mulig glede og minst mulig smerte.

Type 8: Den sterke

MAGEMENNESKE. Reagerer instinktivt. Styres av fiendtlighet, ubevisst dreier det seg om makt eller rettferdighet. Livet er en kamp.

BESKRIVELSE: Åttere virker sterke. De er opptatt av sannhet og rettferdighet, og de sier ifra når de senser urettferdighet og uærlighet. De kan også hjelpe andre mennesker til å bli ekte og ta sine evner og krefter i bruk. De har ofte gode lederegenskaper. De virker også tilforlittelige. Når de først engasjerer seg for en sak, kan de gjøre det med en enorm energi.

Åttere ønsker ikke å være snille, men heller harde og "slemme". De søker gjerne konflikter - eller enda skaper dem. Aggresjonen retter seg særlig mot alt som virker skinnhellig eller urettferdig. Grunnerfaringen er at en egentlig ikke kan stole på noen - i alle fall ikke før de har bevist at de er til å stole på.

Heldigvis tar åttere som regel parti mot de sterke og for de svake - fordi de innerst inne vet at de selv føler seg svake (som små barn). Sin egen svakhet viser de kun til noen ganske få utvalgte mennesker - forhåpentligvis er ektefellen en av dem. Åtteren er veldig redd for å innrømme sin svakhet. (Når han presses til å se den, kan aggresjonen vendes innover slik at den resulterer i selvmord)

Åttere har vanskelig for å få kontakt med andre. Noen omgir seg med besk humor og ironi - og forstår ikke at dette kan såre andre. Når åtteren "angriper" andre, er det som regel for å ruske litt i fasaden deres.

Åttere føler ofte at de må ha kontroll over det de eier, over andre mennesker. Derimot ønsker de ikke selv å bli kontrollert. De krever mye plass for seg selv. Dette kan by på problemer når åtteren blir forelsket eller inngår ekteskap.

BAKGRUNN: Åttere har tidlig fått inntrykk av at svakhet blir straffet og at det lønner seg å gjøre seg hard. De har ikke hatt noen andre å stole på enn seg selv. Noen åttere har blitt undertrykt som barn, andre har reagert på for ettergivende og svake foreldre.

Type 9: Den likevektige

MAGEMENNESKE. Reagerer instinktivt. Styres av fiendtlighet, ubevisst dreier det seg om makt eller rettferdighet. Livet er en kamp.

BESKRIVELSE: Niere kjemper for fred og rettferdighet. De har stor evne til upartiskhet og kan se noe positivt hos alle parter. De får andre til å føle at de blir forstått og tatt imot. De kjennetegnes av en ro som også virker beroligende på andre. De er ærlige, og sier som regel det de mener - også når det er ubehagelig å gjøre det.

Niere har ofte vanskelig for å vite hvem de selv egentlig er og hva de selv vil. De har vanskelig for å ta initiativ og gå løs på en arbeidsoppgave. De driver med strømmen, ønsker å gå mest mulig ubemerket gjennom verden og har ikke høye tanker om sin egen betydning og verdi. De tar ikke kontakt med andre, men ønsker at andre skal ta kontakt med dem. De kan være så føyelige at de nesten blir konturløse. De kan oppleves ubesluttsomme og trege. De har intet ønske om å forandre verden. Når det gjelder kunnskaper og ferdigheter kan de noe om alt, men de har vanskelig for å gå i dybden og spesialisere seg.

Niere vil helst ikke engasjere seg i vanskelige tanker. De foretrekker det "enkle". Bøker bør helst være oversiktlige og konkrete.

Nieren virker ofte åndsfraværende og litt søvning. Når det ikke skjer noe rundt vedkommende, kan han eller hun rett og slett falle i søvn.

Aggresjonen er passiv aggresjon i form av stivsinnet, utsettelse o.l. Det skal svært mye til før aggresjonen uttrykkes direkte. Bak deres ro kan det ligge en dyp arroganse: "Dere er ikke verd at jeg engasjerer meg".

I forhold til det annet kjønn slites nieren mellom et ønske om sammensmelting og selvstendighet. Det blir vanskelig å hengi seg uten mange forbehold til en annen - og like vanskelig å gjøre slutt på et forhold.

BAKGRUNN: Mange har som barn blitt oversett eller avvist når de fremmet sine egne meninger. Ikke engang aggresjonsutbruddene deres har blitt lagt merke til. Derfor har de bestemt seg for å holde sinnet for seg selv.

Andre har vokst opp i familier der de stadig har måttet anstrenge seg for å stifte fred mellom ulike parter - og forstå alle partene for ikke selv å komme i klemme. De ble vare for andres behov og interesser.

Atter andre har vokst opp i en spenningsløs harmoni uten store høyder, dybder eller utfordringer. De ble lite vant til å mobilisere energi.