

ENNEAGRAM

Jegyzet

KÁLLAI JUDIT TRÉNER

ÖNISMERET

„Az egyetlen, ami valóban segít, önmagunk megismerése és a szellemi és morális beállítódásnak ezáltal véghezvitt megváltoztatása.” (Carl Gustav Jung)

Ismerem magam, ha

- ismerem személyiségem összetevőit,
- tudom, hol vannak határain és mik a lehetőségeim,
- látom és tudom, mit miért, milyen motivációval teszek,
- ismerem viselkedésem mozgatórugóit és
- helyesen ítélem meg szerepemet emberi kapcsolataimban - és annak hatásait is.

Az önismeret fejleszthető, formálható úgy, hogy megfigyeljük magunkat és elemezzük, illetve úgy, hogy "beengedjük", feldolgozzuk és beépítjük környezetünk visszajelzéseit. Ezzel a magunkról kialakított képünk tudatosabb és valósabb lesz.

Valójában ezzel a folyamattal alakíthatjuk ki helyes önértékelés. Az ókortól nagy hagyománya van; filozófusok, pszichológusok, szociológusok és elismert gazdasági szakemberek hívták fel a figyelmet az önismereti munka fontosságára.

AZ ÖNISMERET SZINTJEI

Az önismeret felszíne

Az önismeret felszínén ismerem adottságaimat, azt, hogy mire vagyok képes, tudom, mit tudok (általában azt nem, hogy mit nem), céljaimat, tudom, mi érdekel, mekkora akaraterő "lakik bennem" és mennyire vagyok kitartó.

Az önismeret mélyebb szintje

Az önismeret mélyebb szintjén már ismerem indítékaimat, mozgatórugóimat, pontosan tisztában vagyok vágyaimmal, tudom mit miért csinálok és azt is, mi volt cselekedeteim oka, és mik az előzményei. Tudom, hogy milyen élmények, történések miatt alakultak ki bennem vélemények, hozzáállások miért vannak bennem éppen azok az érzések bizonyos események kapcsán, amik vannak. Tisztában vagyok azzal, hogy viselkedésem mennyire van összhangban szándékaimmal, elveimmel és céljaimmal.

Az önismeret társas szintje

Az önismeret társas szintjén tisztában vagyok azzal, hogyan látnak mások és hogy ez mennyire egyezik azzal a képpel, amit magamról kialakítottam. Ismerem különböző társadalmi szerepeimet, azokhoz kapcsolódó tulajdonságaimat, szokásaimat, illetve tudom, hogy hogyan tudok megfelelni az irántam támasztott követelményeknek, elvárásoknak.

ENNEAGRAM

A rendszerről

Gyökerei messze visszanyúlnak az ókori Afganisztánba, századunkig a Szufi tanítók őrizték és adták tovább szájhagyomány útján. Újra Amerikában "fedezték fel", a 70-es években. Sikerének titka, hogy amíg a legtöbb személyiségtípológia csak leírja, jellemzi a különböző típusokat, addig ez segítséget is nyújt a kívánt változás irányába. Márpedig nem csupán önmagunk és mások megismerésére, megértésére törekszünk, hanem szeretnénk változni és másokon is változtatni.

A rendszer nem csak 9 személyiségtípust karakterizál, hanem a tipikus magatartások motivációira is rákérdez, megpróbálja az életrajzi összefüggéseket átvilágítani, az élet- és magatartási mintákat felfedni. A hajtóerők, törekvések, külső és belső jellemvonások megfogalmazása mellett meghatároz együttműködési irányelveket, kezelési stratégiát és felhívja a figyelmet a lehetséges csapdákra, illetve a integráció útjára.

Mindenki illik a 9 típus valamelyikébe, de emellett 2 másik, "kiegészítő" kategóriába is tartozik, amelyek mint lehetséges elmozdulási irány szerepelnek.

Az Enneagram minden személyiségtípust negatív oldaláról azonosít, de ez csak a pozitív lehetőségeink árnyoldala: az azonosításra szolgáló negatív vonás belső késztetésekben gyökerezik. Ez a belső hajtóerő meghatározza azt, ahogyan a belső energia a viselkedésben megjelenik.

Az Enneagram segítségével fel lehet ismerni azokat a védekező mechanizmusokat, amelyek a személyes növekedés és kibontakozás útjában állnak és így előttünk a szabadság új formája nyílhat meg: szabadon dönthetünk arról, hogy kövessük-e belső késztetésünket vagy nem.

Annak tanulmányozásával kezdődünk, hogy mit akarnak elkerülni az egyes típusok. Az Egyesek kerülik a haragot, a Kettesek nem akarják elismerni saját szükségleteiket, a Hármások a kudarcot, a Négyesek a hétköznapiságot, az Ötösök az ürességet, a Hatások a normáktól való eltérést, a Hetesek a fájdalmat, a Nyolcasok a gyengeséget, és végül a Kilencesek a konfliktust kerülik. Az egyes típusokat ezen "elkerülésekből" lehet alaposabban felismerni és jellemezni.

A TRIÁSZOK

A kilenc karakter nem tekinthető egymástól különálló elszigetelt egységként. Az egyes karakterek fő mozgatórugója között nagyon sok egybeesés van, ezért az Enneagram a kilenc típust három nagyobb egységre bontja, amit triásznak, vagyis háromelemű csoportnak nevezünk.

Minden típus rendelkezik mindhárom összetevővel, ami állandó kölcsönhatásban van egymással. A triászba tartozás csak a gátoltá vált lényegi képességek és funkciók sorát, és az „én” problémáinak elhárításának kategóriáját jelentik. Pl: ha a Hatos típusba tartozunk, akkor lényegi tulajdonságunk közül a bátorság (gondolkodás) van gátlás alatt ezért a személyiség védekező mechanizmusa beindult és megpróbál valódi bátorságot tükrözni. Tehát ha a Hatos tudatosan félelmet érez azt felvett bátorsággal azonnal le akarja küzdeni, miközben tudatosan nem ismeri be félelmét.

ÖSZTÖNÖS TRIÁSZ

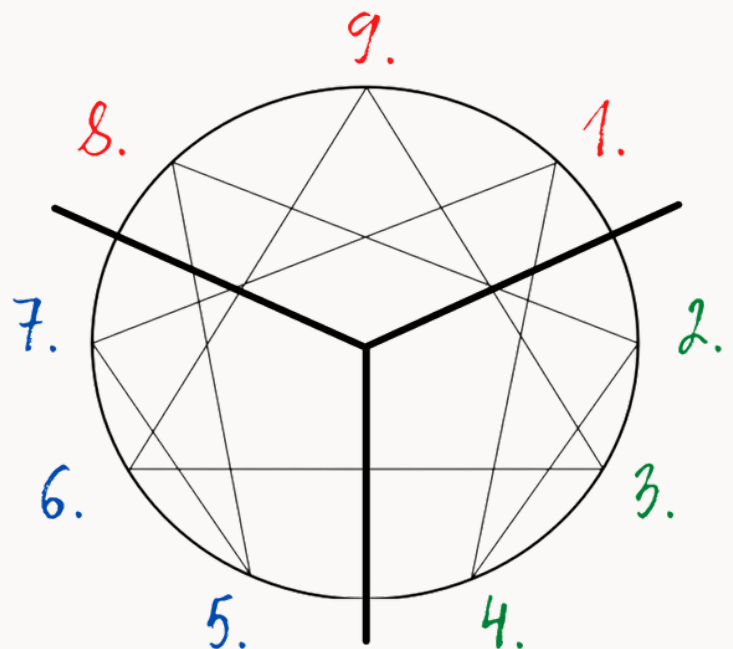
A **Nyolcas**, a **Kilences** és az **Egyes** típust az foglalkoztatja, hogyan állhat ellen tartósan a valóságnak (határokat vonnak maguk köré, amelyek alapja a fizikai feszültség). E típusoknak többnyire az agresszióval és az elfojtással vannak gondjai. Elhárító mechanizmusaik mögött jelentős düh halmozódott fel.

ÉRZŐ TRIÁSZ

A **Kettes**, **Hármas** és **Négyes** típust az énképe foglalkoztatja (kötődés a személyiség hamis vagy képzelt szelfjéhez). Azt hiszik, hogy a róluk szóló történetek és feltételezett tulajdonságaik adják a tényleges identitásukat. Elhárító mechanizmusaik mögött jelentős mennyiségű szégyen halmozódott fel.

GONDOLKODÓ TRIÁSZ

Az **Ötös**, **Hatos** és **Hetes** típust szorongás foglalkoztatja (azt élik meg, hogy nem kapnak elég támogatást és útmutatást). Olyan viselkedésformákat vesznek fel, amelyek reményeik szerint fokozni fogják biztonságukat. Elhárító mechanizmusaik mögött jelentős mennyiségű félelem halmozódott fel.



TÍPUSNEVEK

egyes kutatók az alábbi nevekkel illetik az egyes típusokat, én nem szeretem használni őket, mindenki mást ért, érez mögöttük

	Oscar Ichazo	Helen Palmer	Hurley & Dobson	Richard Riso	Baron & Wagele	Eli Jaxon - Bear
Egyes	Haragos Ego	Maximalista	Végrehajtó	Reformer	Tökéletes	Uralkodó
KETTES	Megnyerő	Adakozó	Segítő	Segítő	Szolgálat-kész	Istennő
HÁRMAS	Hajrá	Előadó	Sikeres	Mozgató	Eredményes	Varázsló
NÉGYES	Borús	Tragikus - romantikus	Individu - alista	Művész	Romantikus	Művész
ÖTÖS	Fukar	Megfigyelő	Megfigyelő	Gondolkodó	Megfigyelő	Misztikus Filozófus
HATOS	Gyáva	Az ördög ügyvédje	Őrző	Lojális (Hű)	Vallató	A Hős, az Apa
Hetes	Tervező	Az ingyenc	Álmodozó	Egyetemes	Kalandozó	Mágikus Gyermek
NYOLCAS	Bosszúálló	A nagyfőnök	Ütköző	Vezető	Harcias	Harcos
KILENCES	Tétlen	A közbenjáró	Megőrző	Békeszerző	Békéltető	A Szent

"SZÁRNYAK"

Szintek, tartomány, súlypont

Minden ember valamilyen "szinten" áll karakterében, melyekből van összesen kilenc, ez tovább árnyalja személyiségét.

Az emberek nagy többsége átlagos szinten (amelyekből van 3) áll karakterében - így megfigyelhetünk rajtuk negatív vagy pozitív viselkedéseket egyaránt.

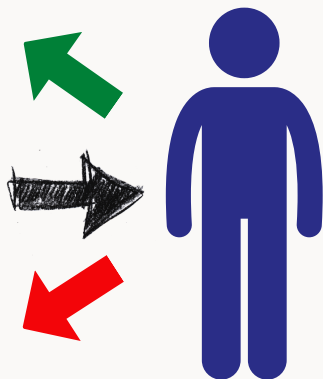
Az egészséges szinteken (amelyekből szintén van 3) már csak a belső mozgató rugó alapján ismerhetjük fel a karaktert, mert egyre jobban "túllép önmagán" az illető.

Egésztelen szinteken (amelyből szint van 3) már inkább hozzáértő szakember tud segíteni, többnyire neurotikus személyiségekről beszélünk. Mindkét szélsőségbe eljutni nehéz - és az átlagosban élők nagy többsége soha nem ismeri meg, mennyi potenciál lett volna benne még. Minél egészségesebb szinten vagyunk, annál kevésbé veszik át az uralmat karakterünk automatizmusai. A integrációi út saját megfigyelésünkkel és önreflexiónkkal kezdődik.

INTEGRÁCIÓ

STRESSZ

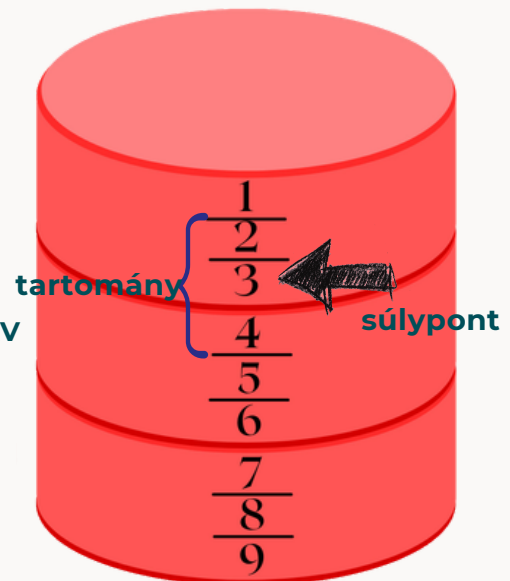
DEZINTEGRÁCIÓ



FELSŐ OKTÁV

ÁTLAGOS,
KÖZÉPSŐ OKTÁV

ALSÓ OKTÁV

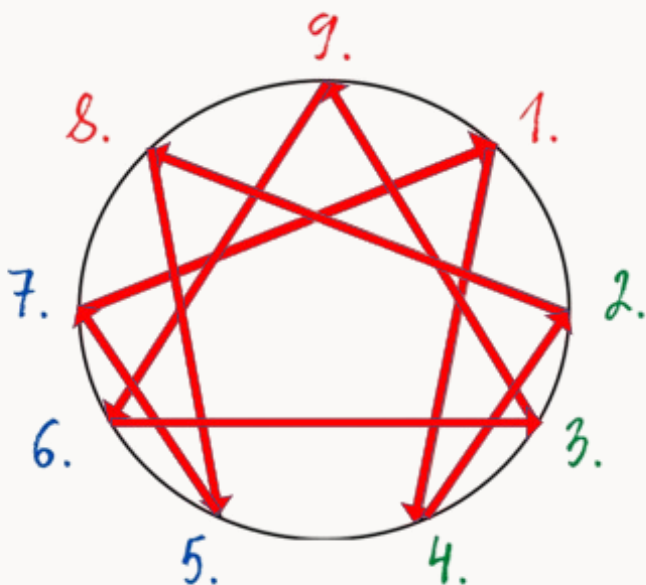


Mindig van egy *tartomány*, amin belül mozgunk akár egy nap folyamán is. És van egy *súlypontunk*, amely szinten a legtöbbet tartózkodunk. Cél az, hogy ezt a súlypontot minél magasabbra tudjuk emelni tudatosan.

A dezintegráció vagy integráció stressz hatására "indul el". Ha a integrációt választjuk, átvesszük egy ránk legkevésbé jellemző karakter pozitív tulajdonságait és személyiségünk elindul a a mind egészségesebb állapot felé, ilyenkor "túllépünk önmagunkon". Ezzel hosszú távú elégedettség-érzetet érhetünk el. Ezt a tudatos állapotot leginkább a "jelenbe" kerüléssel érhetjük el. Amikor nem az automatizmusaink veszik át az irányítást.

Sajnos ez azonban nem mindig sikerül. Ilyenkor, dezintegrációnál átvesszük a ránk legkevésbé jellemző karakter negatív tulajdonságait, és "kifordulunk magunkából". Ugyan ez utóbbi a könnyebb út, ám nem érhető el vele csak pillanatnyi megkönnyebbülés. Itt "jelennek meg" a karakterek szenvedélyei, ezek "rántják be" az egyes karaktereket.

Az ábrán a dezintegrációok irányát mutatom meg a karakter számától kiindulól nyíllal. A karakter felé mutató nyíl másik vége mutatja azt a karaktert, amelynek integrációnál átvehetjük pozitív tulajdonságait.



EGYES

A REFORMER

ÖSZTÖN



HATODIK ÉRZÉK

elrejtett bűnök, vétkek, "vaj" megtalálása

CSAPDA

a tökéletességre törekszem

SZENVEDÉLYE

düh (az igazság, a rend sérülésekor)

ELKERÜLI

a dühöt (nem igazságos)

AKARAT IRÁNYA

befelé - elfogadja és betartja a törvényeket

INTEGRÁLTAN MŰKÖDŐ KARAKTER

igazságos uralkodó, bíró

SÉRÜLT KARAKTER

tökéletesség mániás

KETTŐSSÉG

rideg – érzékeny

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

aggódás (jövőbe vetített düh)
alkalmazkodóképtelenség
félteékenység

RÖVID JELLEMZÉSE

Fontos neki a korrektség, szervezettség, józanság. Fejleszti magát és figyeli az elvárásokat, szabálytisztelő. Érzéseit nem engedi kiteljesedni, magába fojtja. Tipikus „jó fiú”. Zavarják a szabálytalanságok

MEGJELENÉS

Egyenes tartás, tisztaság, pontos, racionális, feszült. Általában vékony, aszketikus, távolságtartó, csendes. Merev, kihúzott testtartás; vízszintes, örökké feszült száj; általában nem visel frizurát, haja ápolat, tiszta. Távolságtartó, fegyelmezett, szigorú, mintaszerű, mérgeződik, kritikus

KOMMUNIKÁCIÓ, KAPCSOLATOK

Szabatos, ítélkezik, rámutat a hibákra, pontosít. Prédikáció, csendes, szavai megfellebbezhetetlenek. Ad a formaságokra, ritkán köt kompromisszumot.

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes hibázni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy rosszak, romlottak, gonoszak vagy hibásak vagyunk.

FŐ VÁGYAK

Vágy az integritásra (kritikus perfekcionizmussá silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Éljünk magasabb célért! Ne feledjük, hogy valódi természetünk bölcsnek és józan ítéletünk lenni.

FÉLELME

Az, hogy az ideáljaik valójában helytelenek és haszontalanok.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A módszeres Egyesek hirtelen a Négyeshez hasonlóan irracionálissá és változó hangulatúvá válik

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A haragos, kritikus Egyesek spontánabbá és örömtelibbé válnak –mint az egészséges Hetesek.

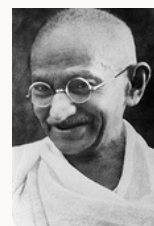
A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Raoul Wallenberg



Margaret Thatcher



Gandhi

KETTES

A SEGÍTŐ ÉRZELEM



HATODIK ÉRZÉK

mire van szükséged?

CSAPDA

önként teszek mindent

SZENVEDÉLYE

büszkeség (ahogy én gondoskodom, más úgy nem tud)

ELKERÜLI

saját szükségleteit

GONDOSKODÁS IRÁNYA

kifelé -- személyes szükségletek helyett

INTEGRÁLTAN MŰKÖDŐ KARAKTER

az eszményi ANYA, FELESÉG, KEDVES

SÉRÜLT KARAKTER

kéretlen gondoskodó

KETTŐSSÉG

katonás - szabadelvű

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

először én
a sztár
csábítás

RÖVID JELLEMZÉSE

A saját szükségletek helyett inkább másokéra összpontosít. Tud érzelmileg manipulálni; büszke; ami a szívében, az a szájában. Jó emberismerő; empátikus; közösségszervező - egyedül nem boldogul; megérzi az emberek szükségleteit, sajátjairól viszont "megfelelkezik"; céltudatos; szabadelvű; szinte mindenben az érzelmei alapján dönt.

MEGJELENÉS

Vonzó, megnyerő. Fotogén; lehet emlékezni a szemére; temperamentumos, határozott.

KOMMUNIKÁCIÓ, KAPCSOLATOK

Beszédes, kapcsolatteremtő, feltűnő. Stílusa leginkább a tanácsadás. Aktív, igyekszik a középpontba kerülni, barátkozik, bizalmasodik. Kapcsolatai sokirányúak, szélsőséges érzelmek, hiszti, odaadóan gondoskodik, nem bírja a magányt, védenecsei vannak. Sokszor harsány, intim, kérdezősködik, tanácsol.

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes saját szükségletekkel rendelkezni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy nem vagyunk méltóak a szeretetre.

FŐ VÁGYAK

Vágy a szeretetre (a nélkülözhetetlenség szükségletévé silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Gondozzuk önmagunkat és másokat! Ne felejtsük, hogy valódi természetünk jónak lenni önmagunkhoz, s jó szándékkal, együttérzéssel közeledni embertársainkhoz.

FÉLELME

Az, hogy elúszik maguktól barátaikat és szeretteiket.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A segítséget szenvedő Kettesek hirtelen a Nyolcashoz hasonlóan agresszív és uralkodóvá válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A büszke, önámító Kettesek többet törődnek magukkal és érzelmilegtudatosabbá válnak – mint az egészséges Négyesek.

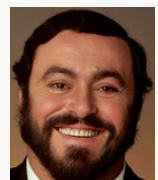
A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Teréz anya



Barbara Bush



Luciano Pavarotti

HÁRMAS

AZ EREDMÉNYES ÉRZELEM



HATODIK ÉRZÉK

a legjobb megoldás, trend
érzékelés

CSAPDA

mindent a hatékonyság
érdekében

SZENVEDÉLYE

fortélyosság

ELKERÜLI

kudarc

GONDOSKODÁS IRÁNYA

változó -- személyes, anyagi
természetű -- bármi

INTEGRÁLTAN MŰKÖDŐ KARAKTER

az ideális VEZETŐ, EMBERI ideál

SÉRÜLT KARAKTER

nyüzsgő szervezkedő

KETTŐSSÉG

túl aktív -- fantázia

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

márka
hálózatépítő
férfi-nő

RÖVID JELLEMZÉSE

Megnyerő fellépés, célratörés, levesz a lábadról, lankadatlan éberség, felületesség. Hatékony, tehetséges ember. Stratégiai szemléletmóddal, a célt szem előtt tartva, jól adja el magát. Érzéseit nehezen értelmezi, segítséget vár másoktól. Tipikus kívülálló.

MEGJELENÉS

Vonzó, segítőkész, könnyed megjelenésű, általában divatos vagy egyedi stílusban öltözködik, laza.

KOMMUNIKÁCIÓ

A reklám, a propaganda. Vagy azt mondják el, ők milyen jól vannak, vagy éppen „eladnak” neked valamit. Mindezt a legnagyobb természetességgel, észre sem veszed, de már "megvetted".

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes saját érzelmekkel és identitással rendelkezni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy belső érték nélküli érzéketlen lények vagyunk.

FŐ VÁGYAK

Vágy arra, hogy értékesek legyünk (a siker hajhászásává silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Fejlesszük magunkat és mutassunk példát! Ne felejtsük, valódi természetünk örömet
lelni létezésünkben, s megbecsülni, értékelni embertársainkat.

FÉLELME

Az, hogy kudarcot vallanak és állításaik üresek és hamisak.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

Az elszánt Hármások álmodozó, cselekvésképtelen, egészségtelen, lusta,
kényelembes Kilencesek felé csúsznak. Sikereik csak álmaikban léteznek.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A hiú, látszatra építő Hármások együttműködőbbé és mások irántelkötelezettebbé
válnak – mint az egészséges Hatosok.

A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Richard Gere



Bill Clinton



JFK



Bocskor Gábor



Sebestyén Balázs

NÉGYES

AZ INDIVIDUALISTA

ÉRZELEM



HATODIK ÉRZÉK

intuíció

CSAPDA

egyediség

SZENVEDÉLYE

irigység (másnak
milyen jó)

ELKERÜLI

elveszettség

GONDOSKODÁS IRÁNYA

befelé -- a világ nem hétköznapi
módon láttatása

INTEGRÁLTAN MŰKÖDŐ KARAKTER

a MŰVÉSZ (bármiben), aki
megtalálja és láthatóvá teszi a
láthatatlant

SÉRÜLT KARAKTER

önmagát sajnáltató
kudarc-halmaz

KETTŐSSÉG

elemző - eltévedt

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

rettenthetetlen
szégyen
versengés

RÖVID JELLEMZÉSE

Ki akar tűnni, de várja azt aki megmenti őt. Elvárja hogy törődjenek vele és támogassák. Ezért kíváncsi akar válni, vagyis „nehezen megszerezhetővé”

MEGJELENÉS

Vibráló (impulzív), érzékeny, különleges öltözék, kiábrándult. Képes órákat sminkelni, hogy úgy tűnjön, csak gyönyörű - smink nélkül. Egyedinek, természetesnek érzi magát - ki nem állhatja a mesterkéeltséget.

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

A legtöbbet panaszkodó karakter – általában „sajnálja magát”. Kiábrándult, azt is a legfigyelemfelkeltőbb módon. Rossz állapotában fellengzős lesz, lekicsinylő. Lamentál (nyafog).

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes túl jól működni vagy túl boldognak lenni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy nincs identitásunk vagy személyes fontosságunk.

FŐ VÁGYAK

Vágy arra, hogy önmagunk legyünk (szibaritizmussá silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Engedjük el a múltat, és újuljunk meg az élményeink által! Ne felejtjük, valódi természetünk megbocsátónak lenni, és az életben mindent felhasználni integrációünkhöz és megújulásunkhoz.

FÉLELME

Az, hogy tönkreteszik az életüket és elfecsérlik a lehetőségeket.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A tartózkodó Négyesek hirtelen a Ketteshez hasonlóan túlságosan törődővé és ragaszkodóvá válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

Az irigy, érzelmileg zavaros Négyesek objektívebbé és elveikhez ragaszkodóbbá válnak – mint az egészséges Egyesek.

A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Joni Mitchell



Johnny Depp



Bob Dylan



Jeremy Irons



Edit Piaf



Oláh Ibolya

ÖTÖS

A MEGFIGYELŐ

GONDOLKODÁS



HATODIK ÉRZÉK

új információ - tudás megszerzése

CSAPDA

megfigyelő

SZENVEDÉLYE

Fösvénység - értékek gyűjtése

ELKERÜLI

ürességet

AGGÓDÁS IRÁNYA

befelé -- a tudás biztonságot, védelmet, hatalmat ad

INTEGRÁLT KARAKTER

A tudós, aki a tudás melegével oszlatja el a félelem hidegét

SÉRÜLT KARAKTER

szobatudós, Paranoid bezakózott ember

KETTŐSSÉG

szociális - antiszociális

ÖNFENNTARTÓ

SZOCIÁLIS

SZEXUÁLIS

otthon
totem
egészséges
önbizalom

RÖVID JELLEMZÉSE

Tájékozott, szakértelme fontos számára. Az érzelmeit „kívül” éli meg. Magányos harcos, nem akar beilleszkedni. Türelmetlen, nem bírja a szabályokat.

MEGJELENÉS

"kaméleon" - háttérben maradó, kimért, öltözködésében lezser, szinte észre sem veszed, hogy ott van

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

értekezés, elmagyaráz, megmagyaráz, ha értő fülekre talál, inkább tűnik felsőbbrendűnek, elhiszed, hogy mindent IS tud

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes túl jól érezni magad a világban.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy haszontalanok, tehetetlenek vagy hozzá nem értők vagyunk.

FŐ VÁGYAK

Vágy arra, hogy kompetensek legyünk (haszontalan specializációvá silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Figyeljük meg magunkat és embertársainkat, ítélet és elvárások nélkül! Ne feledjük, hogy valódi természetünk kapcsolatban élni a valósággal és elmélkedni a világ végtelen gazdagságáról.

FÉLELME

Az, hogy soha nem találunk helyet maguknak a világban az emberek között.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A szenvtelen Ötösök hirtelen a Heteshez hasonlóan hiperaktívvá és szétszórttá válnak.

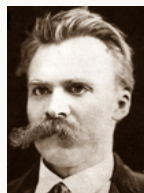
INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A szenvtelen Ötösök magabiztosabbá és határozottabbá válnak – mint az egészséges Nyolcasok.

A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY MI LÁTJUK



Stephen Hawking



Nietzsche



Stephen King



Van Gogh

HATOS

A LOJÁLIS

GONDOLKODÁS

RÖVID JELLEMZÉSE

Igénye a függetlenség és a támogatás is. Ő akar a vezető lenni. nem akarja, hogy elhagyják, de azt sem hogy túlságosan függjön másoktól. Elkötelezett és megbízható, de ha kell védekező is. Nem szereti a meglepetéseket.

MEGJELENÉS

Atletikus de félénk, valamivel folyamatosan "babrál" a belső stressz levezetéséért.

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

korlátok állítása, negáció, kérdésekben társalog, az ok-okozati összefüggések folyamatosan jelen vannak, folyamatosan figyel a tekintetével is, befogadja az információt

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes önmagadban bízni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy támogatás vagy útmutatás nélkül maradunk.

FŐ VÁGYAK

Vágy a biztonságra (meggyőződésekhöz való kötődéssé silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Higgyünk magunkban és bízzunk az élet jóságában! Ne feledjük, hogy valódi természetünk bátornak lenni, és minden körülmények között megbirkózni az élettel.

FÉLELME

Az, hogy saját tetteikkel ártanak a biztonságuknak.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A kötelességtudó Hatosok hirtelen a Hármashoz hasonlóan versengővé és arrogánssá válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A félelmekkel teli, pesszimista Hatosok nyugodtabbá és optimistábbá válnak – mint az egészséges Kilencesek.

A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY MI LÁTJUK



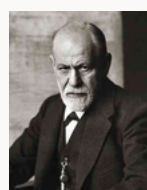
Diana hercegnő



Nixon



J. Edgar Hoover



Freud



Robert F. Kennedy



HATODIK ÉRZÉK

honnan várható és milyen veszedelem

CSAPDA

biztonság inkább nem kockázatok

SZENVEDÉLYE

KÉTELY - lenni vagy nem lenni

ELKERÜLI

a devianciát - a szabályokkal a tekintéllyel való szembeszegülést

AGGÓDÁS IRÁNYA

körkörös -- felkészülni az ismeretlen veszélyre

JÓL MŰKÖDŐ KARAKTER

A családjáról, közösségéről gondoskodó ember

SÉRÜLT KARAKTER

paranoiás, skizofrén állandó félelmektől űzött ember

KETTŐSSÉG

erőszakos - megadó

ÖNFENNTARTÓ

SZOCIÁLIS
SZEXUÁLIS

melegség
kötelességtudat
erő és szépség

HETES

A RAJONGÓ

GONDOLKODÁS

RÖVID JELLEMZÉSE

A pozitív élményekre, az élvezetekre összpontosító, hozzájárul mások és önmaga szenvedéseire, ürességérzetét titkolja, elsősorban a saját szükségleteivel foglalkozik, hamar zavarni kezdi mások szükségletei.

MEGJELENÉS

csábító - megnyerő, erőteljes - inkább nőies (lágyság) vonások

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

sztorizálás, viccek, haverok, buli, Fanta

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes rászorulni bárkire.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy segítséget szenvedünk vagy fájdalmat élünk át.

FŐ VÁGYAK

Vágy a boldogságra (kétségbeeset légvárépítéssé silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Örvendjünk a létezésnek és osszuk meg másokkal boldogságunkat! Ne feledjük, hogy valódi természetünk boldognak lenni és hozzájárulni mindenki más élményeinek gazdagságához.

FÉLELME

Az, hogy tevékenységeik fájdalmat és boldogtalanságot hoznak rájuk.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A szétszórta Hetesek az Egyeshez hasonlóan hirtelen perfekcionistaivá és kritikussá válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A mohó, szétszórta Hetesek összeszedettebbé és elmélyültebbé válnak – mint az egészséges Ötösök.

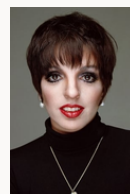
A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Steven Spielberg



Robin Williams



Lisa Minelli



Federico Fellini



HATODIK ÉRZÉK

mivel lehet téged boldoggá tenni

CSAPDA

Idealizmus (a jó szándék nagykövető: Szabadság - Egyenlőség - Testvériség)

SZENVEDÉLYE

FALÁNKSA - mindent kipróbálni egy rövid időre - tervezgetés, utazás, KÁBÍTÓSZER!

ELKERÜLI

fájdalmat:felszínesség

AGGÓDÁS IRÁNYA

kifelé -- védeni az embereket eszmékkel, vidámsággal

INTEGRÁLT KARAKTER

Szellemi vezető, boldoggá tevő ember, fantasztikus tervezőkészség

SÉRÜLT KARAKTER

váltakozó célok felé igyekvő önmarcangoló ember, megbízhatatlan, hazudós, szélhámos

KETTŐSSÉG

alsóbbrendű - felsőbbrendű

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

kiterjesztett család mártír örömlány/fiú

NYOLCAS

A KIHÍVÓ

ÖSZTÖN



HATODIK ÉRZÉK

mások gyenge pontjának kitapintása

CSAPDA

nekem kell rendet csinálni

SZENVEDÉLYE

élethabzsolás, mindent jobban tud, elvenni mindent az élettől

ELKERÜLI

a gyengeséget

AKARAT IRÁNYA

kifelé-lázadó, öntörvényű

INTEGRÁLT KARAKTER

harcos, az igazság bajnoka

SÉRÜLT KARAKTER

durva, kötekedő

KETTŐSSÉG

puritán - hedonista

RÖVID JELLEMZÉSE

Fontos neki az önállóság, az önmegvalósítás. Nem tűri az irányítást, uralkodást, érzelmeit ezért nem is akarja vállalni. Kihívások esetén megerősíti magát, megkeményedik. Autonómia, érző, mozgató (ideg) dominancia (előbb cselekszik, azután gondolkodik).

MEGJELENÉS

férfias, "páncélos" (távolságtartó), harsány, hangos, átlagos alatt durva, általában erőteljes

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

utasít, parancsol, számon kér

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes sebezhetőnek lenni vagy másokban megbízni.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem attól, hogy mások ártanak nekünk vagy irányítanak bennünket.

FŐ VÁGYAK

Vágy az önvédelemre (állandó harccá silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Álljunk ki magunkért és emeljük fel szavunkat azért, amiben hiszünk! Ne feledjük, hogy valódi természetünk erősnek lenni, és számtalan pozitív módon befolyásolni a világot

FÉLELME

Az, hogy mások ellenük fordulnak és visszavágnak.

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A magabiztos Nyolcasok hirtelen az Ötösökhöz hasonlóan titkolózóvá és félelemmel telivé válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A kéjsóvár, érzelmeiket elrejtő Nyolcasok nyitottabb szívűvé és gondoskodóbbá válnak – mint az egészséges Kettesek.

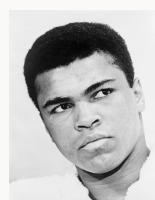
A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Mihail Gorbacsov



Donald Trump



Muhhamad Ali



Al Capone



Sztálin

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

elégedett túlélő
barátság
birtoklás - megadás

KILENCES

A BÉKE TEREMTŐ

ÖSZTÖN



HATODIK ÉRZÉK

a mindenki számára elfogadható megoldás megtalálása

CSAPDA

kereső ember vagyok

SZENVEDÉLYE

lustaság, belső világba merülés, visszatartás

ELKERÜLI

a konfliktust

AKARAT IRÁNYA

változó, mindenkivel egyetért-nem akkor dühös, amikor kell

INTEGRÁLT KARAKTER

szent, mindenkit megértő, elfogadó és segítő

SÉRÜLT KARAKTER

lusta, közömbös, gyűjtögető

KETTŐSSÉG

hívó - kételkedő

ÖNFENNTARTÓ SZOCIÁLIS SZEXUÁLIS

étvágy
részvétel
egybeolvadás

RÖVID JELLEMZÉSE

Idealizált világképe van, kiemeli a környezet pozitívumait. Környezetével, szeretteivel problémás a kapcsolata, zavarják a saját és mások szükségletei. Úszni az árral - lustaság, szenvedélyes kényelemszeretet és a túlszabályozott lelkiület lélektani tehetetlenség, túlzott alkalmazkodás, beletörődés, nagylelkűség, szokások rabja, programozott határ nélküli szokások, teljes kikapcsolás.

MEGJELENÉS

inkább robosztus, rövid nyakú, erős csontú, humoros, barátságos, kedves, kellemes

KOMMUNIKÁCIÓ, ÖNKIFEJEZÉS

monda, Ádám-Évától kezd, hogy te jól megértsd

TUDATTALAN GYERMEKKOR

„Nem helyes érvényesíteni önmagadat.”

FŐ FÉLELMEK

Félelem a világgal való kapcsolat elvesztésétől, a széthullástól

FŐ VÁGYAK

Vágy arra, hogy békében legyünk (makacs nemtörődömséggé silányul).

ERŐSSÉGEK, INTELMEK

Hozzunk békét és gyógyulást a világunkba!

FÉLELME

Az, hogy a valóság arra kényszeríti őket, nézzenek szembe gondjaikkal

DEZINTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A mindennel elégedett Kilencesek hirtelen a Hatoshoz hasonlóan szorongóvá és aggódóvá válnak.

INTEGRÁCIÓ IRÁNYA

A tunya, önmagukat elhanyagoló Kilencesek fejleszteni kezdik önmagukat és energikusabbá válnak – mint az egészséges Hármasok.

A KARAKTER A VILÁGBAN, AHOGY ÉN LÁTOM



Kevin Costner



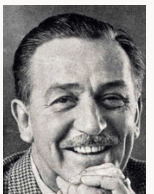
Keanu Reeves



Whoopi Goldberg



George Lucas



Walt Disney