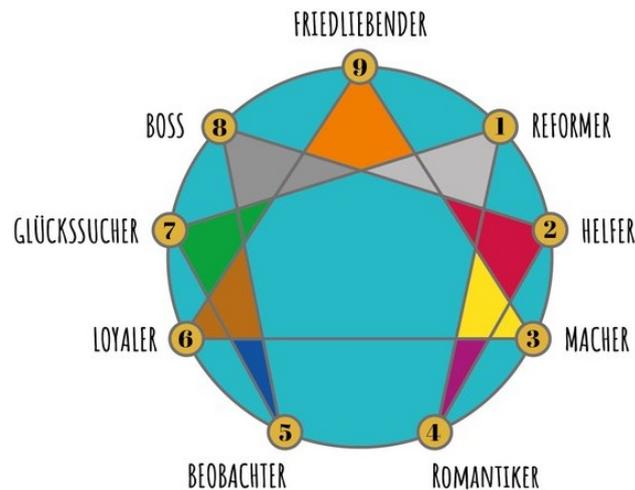


Enneagramm-Artikel „Compassioner“

© Copyright: Lidia Schladt

DAS ENNEAGRAMM



Grafik: Alexandra Thoese

9 Artikel zu den Enneagramm-Typen mit 1 Einführung ins Enneagramm (10 Artikel)

Typisch du, typisch ich?

Das Enneagramm als Lichtblick und Tor zur Freiheit

Der Begriff „Enneagramm“ leitet sich vom Altgriechischen „ennea“ für Neun und „gramma“, dem Geschriebenen, ab und stellt ein neunspitziges mystisches Symbol dar. Es bezieht sich auf neun Persönlichkeitstypen, die jeweils unterschiedliche archetypische Grundmuster enthalten. Das Enneagramm wird viel im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung und im Coaching eingesetzt, um Menschen ihre unbewussten Schattenthemen und blinden Flecken bewusst zu machen, sowie ihre Potentiale und Ressourcen zu entdecken.

Die Ursprünge des Enneagramms lassen sich nicht eindeutig zurück verfolgen, doch wird vermutet, dass sie aus der islamischen Mystik des Sufismus oder aus christlichen Kreisen um die sieben Todsünden heraus einen Einzug nach Westeuropa gefunden haben. Der erste Vertreter der neun Persönlichkeitstypen war der griechisch-armenische Mystiker Georges I. Gurdjieff, der das Enneagramm 1916 seinen westeuropäischen Schülern vorstellte. Darin taucht der Begriff des Enneagramms mit dem mystischen Symbol erstmals auf. Gurdjieff behauptete, das unregelmäßige Sechseck im Kloster einer Sufi-Bruderschaft im Zusammenhang mit Tempeltänzen entdeckt zu haben. Sodann taucht das Enneagramm erst wieder als Typenlehre und Symbol in den 1960er Jahren durch Oscar Ichazo der „Arica School“ in den USA als „Enneagon“ auf.

In der Anwendung des Enneagramms tauchten zwei weitere Schulen auf. Die erste ist die

spirituell-psychologische Richtung von Claudio Naranjo, Helen Palmer und Don Riso, die das Enneagramm als ein Mittel zu mehr Selbsterkenntnis und persönlichem Wachstum gesehen haben. Eine zweite Strömung ging von den evangelischen Christen Andreas Ebert und Richard Rohr, sowie dem Jesuiten Bob Ochs aus.

Durch den Literatur-Klassiker „Das Enneagramm - Die neun Gesichter der Seele“ von Ebert und Rohr hat das Enneagramm in den 1990er Jahren Einzug in die psychologisch-spirituelle Szene nach Deutschland genommen und wird heutzutage sogar in der freien Wirtschaft als Typenmodell verwendet, das Leitungspersönlichkeiten für die Personalführung nutzen, um Personal optimal nach ihren Stärken einzusetzen. Unternehmensberatungen nutzen das Wissen um das Enneagramm, um Konfliktherde zwischen Mitarbeitern, Leitungsverantwortlichen und der Geschäftsleitung zu analysieren und aufzulösen.

Ich habe das Wissen des Enneagramms 2006 in meiner Logotherapie-Ausbildung bei Stephan Peeck erworben und habe durch geführte Bilderreisen, die Wertimaginationen, meine archetypischen Muster kennenlernen dürfen, um sie mir bewusst zu machen. Es hat ein halbes Jahr gedauert, bis ich meiner eigenen „Fixierung“, wie der Lehrer und Autor Eli Jaxon Bear einen Typen nennt, auf die Schliche gekommen bin. Die sog. Fixierung bezieht sich auf neun Muster des Egos, die bereits durch Carl Gustav Jungs Archetypen oder Fritz Riemanns „Grundformen der Angst“ in der Psychologie auftauchen.

Nach der enneagrammatischen Persönlichkeitstypologie verfügt jeder Mensch über drei Intelligenzzentren, die auch „Triade“ genannt werden: Kopf (Verstand/ Ratio), Herz (Emotionen/ Gefühle) und Bauch (Instinkt).

- Die Instinkt-Triade der Bauch-Typen: 8, 1 und 9
- Die Gefühls-Triade der Herz-Typen: 2, 3 und 4
- Die Denk-Triade der Kopf-Typen: 5, 6 und 7

Wie werden die einzelnen Enneagramm-Typen genannt?

Typ Eins: der Reformier, der Perfektionist, der Herrscher
Typ Zwei: der Geber, der Helfer, der Barmherzige Samariter
Typ Drei: der Macher, der Erfolgstyp, der Dynamiker
Typ Vier: der Romantiker, der Künstler, der Dramatiker
Typ Fünf: der Beobachter, der Eremit, der Forscher
Typ Sechs: der Loyale, der Gemeinschaftstyp, der Advokat des Teufels
Typ Sieben: der Glückssucher, der Optimist, der Epikureer
Typ Acht: der Boß, der Starke, der Pate
Typ Neun: der Friedliebende, der Ursprüngliche, der Vermittler

Alle Typenbezeichnungen beziehen sich auf Männer und Frauen, auch wenn ich der Einfachheit halber hier die männlichen Typennamen gewählt habe. Es gibt also auch den weiblichen Typen des Boßes bzw. des/ der Starken.

Da die Typenlehre des Enneagramms sehr fundiert ist, ist mir wichtig, sie nicht als ein weiteres Schubladenmodell („So bist du, damit ich dich besser einschätzen kann“) anzusehen, sondern als eine Möglichkeit, seine eigenen Ego-Fallen zu durchschauen und Mitgefühl mit den eigenen Schattenaspekten zu entwickeln, um so auch anderen Menschen in unseren Beziehungen in allen Lebensbereichen Mitgefühl entgegen bringen zu können. Wenn eine Person sehr stark mit ihrem Typus identifiziert ist, dann kann sie

förmlich „nicht aus ihrer Haut“ und wir können durch das Verstehen der neun Persönlichkeitstypen beginnen, entweder der Person im Mitgefühl eine Hand zu reichen, um ihren Ego-Film zu beenden oder aber uns abzugrenzen, ohne das Verhalten der Person uns gegenüber persönlich nehmen zu müssen.

Wie ist es möglich, den eigenen Enneagramm-Typen herauszufinden?

Dies ist leider nicht ganz einfach, da das Ego sich lange windet und versteckt halten kann, um nicht erkannt zu werden. Es ist sehr trickreich und daher würde ich empfehlen, gute Literatur zum Enneagramm zu lesen und/ oder einen Workshop/ ein Seminar zum Enneagramm zu besuchen, da ich Online-Tests als unzureichend empfinde, um die Grundmotivationen und Ängste des eigenen Typus zu entdecken. Auch ein Coaching mit einem Enneagramm-Experten kann eine wertvolle Begleitung bei der Entdeckung des eigenen Persönlichkeitstypen sein.

Die folgende Literatur könnte für den Einstieg mit der Beschäftigung der neun Enneagramm-Typen hilfreich sein:

„Das heitere Enneagramm“ von Uwe Böschmeyer

„Das Enneagramm – die neun Gesichter der Seele“ von Richard Rohr und Andreas Ebert

„Das spirituelle Enneagramm – Neun Pfade der Befreiung“ von Eli Jaxon Bear

In den kommenden Monaten werde ich die einzelnen Enneagramm-Typen detailliert in ihren Grundmustern vorstellen und empfehle Interessierten, die sich vorab näher mit dem Enneagramm beschäftigen möchten, meine Enneagramm-Gruppe bei Facebook „Typisch du, typisch ich – das Enneagramm als Lichtblick.“

Mir selber hat das Enneagramm-Wissen sehr geholfen, meine Ego-Muster besser zu verstehen und den Zeugen/ Beobachter in mir zu entdecken, der das Ego einfach nur beobachtet, ohne sich mit ihm zu identifizieren. Das Verstehen des Musters, das in mir und anderen Menschen archetypisch angelegt ist, hilft mir sehr in meinen persönlichen Beziehungen, in meiner Arbeit mit Klienten und sogar in Alltagssituationen, wie z.B. in einer Behörde. Seitdem nehme ich längst nicht mehr alles persönlich, was ich durch das Verhalten anderer Menschen erfahre und habe ein wertvolles Werkzeug an der Hand, um „Schattenarbeit“ zu betreiben. Die Enneagramm-Kenntnis ist für mich ein „Tor zur Freiheit“ geworden – frei von meiner Ego-Identifikation hin zum Wissen um meine Stärken, Potentiale und Ressourcen.

Typ Eins – Der Herrscher, der Perfektionist, der Reformier

Ich möchte vorab darüber informieren, dass unser Ego auf die Beschreibung der neun Typen sehr „trickreich“ reagieren kann. Das Ego möchte nicht entlarvt werden und windet sich so lange, bis wir es wirklich in seiner Maske oder seinem Grundmuster erkennen. Daher möchte ich den Hinweis geben, achtsam zu lesen und auf die eigenen Reaktionen zu achten:

Bei welchem Enneagramm-Typen reagiere ich mit einer entweder sehr starken Sympathie oder einer sehr starken Antipathie? Dies könnten bereits Entlarvungsreaktionen sein. Beobachte sie einfach und schaue, wie du in Streßsituationen agierst. Meistens zeigt sich unser Grundmuster in besonderen Streßmomenten, wenn wir keinen Ausweg mehr sehen können. Ich empfehle dir an dieser Stelle, inne zu halten und dich im Mitgefühl zu üben.

So, als wenn du ein kleines Kind – dein inneres Kind – in den Arm nimmst, wenn es sich im Widerstand zu etwas befindet und du es einfach nur so annimmst, wie es gerade ist.

Wie ist das Grundmuster von Typ Eins aus dem Enneagramm?

Typ Eins hat wie alle neun Persönlichkeitstypen viele Namen. Ich kenne ihn unter den Namen „der Herrscher,“ „der Perfektionist“ oder „der Reformier.“ Da wir bald einen einmaligen bundesweiten Feiertag am Reformationstag, den 31.10.2017 zum 500-jährigen Jubiläums des Thesenanschlags durch Martin Luther haben, sei an dieser Stelle verraten, dass Martin Luther ein „Reformier“ und damit Typ Eins war.

Ich unterscheide bei den Typen zwischen Minus- und Pluspol ihrer Struktur. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen beschreibt.

Typ Eins am Minuspol wirkt oftmals starr. Mimik, Gestik und Körperbewegungen sind eher steif, abrupt und wenig fließend. Er sieht die vielen Unvollkommenheiten in der Welt, in seinen Mitmenschen und in seinem eigenen Verhalten. Daher ist er ein leidenschaftlicher Kämpfer gegen die Ungerechtigkeiten dieser Welt und ist bereit, das Unzulängliche, das Mittelmaß und die Halbheit auszumerzen. Mit großer Vorliebe bei anderen, als bei sich selbst. Alles „nicht Richtige“ und „nicht Stimmige“ löst tiefen Ärger und Aggression in ihm aus. Seine zornigen Ausbrüche sind gefürchtet und es kann auch sein, dass er bei seinen PC-Problemen blind auf das Gerät einschlägt, weil etwas als „nicht in Ordnung“ empfunden wird und so sein Weltbild ins Wanken bringt.

Diese mächtige innere Aggression lässt bei Typ Eins selbst aber auch Schuldgefühle entstehen. Denn er hat einen mächtigen inneren Zensor, ein Über-Ich, das ihm Befehle erteilt, was er darf und was er nicht darf. Meistens hat sich der Zensor aus den vielen Stimmen in seiner Biografie, den Eltern, den Lehrern, den Vorgesetzten, heraus gebildet und kann auch Züge eines inneren Anwalts annehmen. Weil ein Mensch des Typen Eins seine Aggression selber verurteilt, versucht er, die Wut zurück zu halten und sie zu kontrollieren. Doch sie bricht immer wieder durch, weil sie als Lebenskraft zu groß und zu stark ist. Oft wirkt ein Einsler belehrend und dogmatisch, weil er seine eigene Schuldthematik nach Außen projiziert. Er fürchtet eigene Fehler, weil er alles richtig machen möchte und braucht für Entscheidungen mitunter viel Zeit. Um ja keine falsche Entscheidung zu treffen. Zu viel Lebendigkeit kann ihm Angst machen. Es ist ihm zu unberechenbar und die Quelle zahlloser Mängel.

Typ Eins wird von einer tiefen, unbewussten Strafangst gequält und diese ist gleichzeitig seine tiefste Not. Er befürchtet, für seine aggressiven Regungen und lebendigen Impulse bestraft zu werden, redet aber mit niemandem drüber, selbst, wenn sie ihm bewusst sind. Er ist ein gehetzter, getriebener, angespannter und nörgelnder Mensch, der wenig Freude am Leben hat. Nur die Aussicht darauf, etwas „richtig“ zu machen, entspannt sein System. Die Schlußfolgerung lautet für ihn: „Wenn ich alles richtig mache und in Ordnung bin, werde ich nicht bestraft.“

Wenn Typ Eins sich seiner Grundangst und Muster bewusst wird, als „Bauchtyp“ archetypisch mit einer starken Shakti als Lebenskraft – der Aggression – (genauso wie Typ 8 und 9) verbunden zu sein, kann er anfangen, einen konstruktiven Umgang mit der eigenen Aggression zu finden. So pendelt er in den Pluspol seiner Grundstruktur und kann durch das Üben des Haltens seiner Aggression in sich ohne sie auszuagieren, über Achtsamkeit, Meditation, Sport, Tanzen o.ä. einen Weg für sich finden, Aggressionen

konstruktiv zum Ausdruck zu bringen. Wenn er z.B. durch einen Kollegen kritisiert wird, kann er inne halten und muss diesen nicht mehr mit Vorwürfen und Gegenargumenten beschießen. Sondern kann in sich sortieren, was wirklich wahr sein kann an der Kritik und sich im besten Fall entschuldigen, sowie seine Wünsche und Wahrnehmungen ausdrücken.

Weil Typ Eins am Pluspol gelernt hat, inneren Abstand zu seiner destruktiven Wut zu nehmen, kann es besser und gut loslassen, zulassen und sein lassen. Wenn er seiner Lebenskraft jetzt Ausdruck verleiht, dann geschieht es aus einem Engagement FÜR das Leben, für seine Werte und für seine Wahrheit. Darin kann die Lebenskraft auch den Ausdruck des Heiligen Zorns im Namen der Liebe bekommen, weil er nicht mehr gegen etwas kämpft, sondern sich FÜR etwas einsetzt, das ihm am Herzen liegt. Er erkennt mit dem Herzen, dass es im Leben Helles und Dunkles gibt und dass dies auch so sein darf.

Die größte Form seiner Liebe ist in der erlösten Form die der Güte. Ein entwickelter Mensch von Typus Eins ist gütig und sein Blick ist auf das Wahre, Schöne und Gelingende in der Welt ausgerichtet. Er entspannt sich immer mehr in sich selbst hinein und kann mit mehr Leichtigkeit und Gelassenheit sein Leben meistern. Bauchraum und Schultern sind entspannter und seine Bewegungen sind fließender, weicher und leichter. Am Pluspol wird Typ Eins auch der Gütige und der Gelassene genannt.

Berühmte Menschen vom Typus Eins sind: Otto von Bismarck, Nelson Mandela, Leo Tolstoi, Buckminster Fuller, Martin Luther, Helmut Schmidt, Abraham Lincoln, John Lennon, Margaret Thatcher, Aretha Franklin, Elke Sommer und viele mehr.

Typ Eins werden die Länder Russland aufgrund seiner Härte nach Außen und Tiefe, Melancholie, Aggression nach Innen und die Schweiz aufgrund seiner Ordnung, Gesetze und Struktur zugeordnet.

Typ Zwei – Der Helfer, der (barmherzige) Samariter, „Mutter Teresa“

Typ Zwei aus dem Enneagramm hat mehrere Namen. Ich kenne ihn unter den Namen „der Helfer“, „der (barmherzige Samariter)“ und „Mutter Teresa“ im wortwörtlichen Sinne. Denn die weltweit bekannte Ordensschwester aus Kalkutta, die auch als die Heilige Teresa von Kalkutta für ihre Arbeit mit Armen, Obdachlosen, Kranken und Sterbenden bekannt wurde, für die sie 1979 den Friedensnobelpreis erhielt, war selber tatsächlich Typ Zwei aus dem Enneagramm.

Wie ist das Grundmuster von Typ Zwei aus dem Enneagramm zu verstehen?

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen beschreibt.

Typ Zwei am Minuspol ist ein Mensch, der sich über das Helfen definiert und der darin auch als „der Stolze“ auftaucht. Er spürt sich selbst wenig, hat dafür aber umso feinere Antennen für die Bedürfnisse seiner Mitmenschen. Dort, wo er helfen kann, springt er ein und erdrückt sein Gegenüber häufig mit seiner Hilfsbereitschaft. Er ist süchtig danach, von anderen Menschen gebraucht zu werden. „Ich muss helfen“ ist sein Leitmotiv im Leben, über das er eine Daseinsberechtigung erfährt.

Der Lohn, der sich Typ Zwei von seinen Mitmenschen, sehnlichst wünscht, ist die Dankbarkeit. Sie soll möglichst oft in Form von Komplimenten und Ehrerbietungen an die stolze Zwei herangetragen werden. So fühlt sie sich in ihrem Kern gesehen. Er merkt selber nicht, dass er durch seine Hilfe nicht ermächtigt, sondern seine Mitmenschen in die Abhängigkeit drängt. Denn er opfert sich regelrecht für sein Umfeld auf, ohne zu merken, dass er auszubrennen droht. Doch was ist, wenn der Dankbarkeitsstrom des Gegenübers ausbleibt? Dann kann ein Mensch des Typen Zwei aggressiv werden und mitunter so gekränkt auf eine Ablehnung seiner „gut gemeinten“ Hilfe reagieren, dass die Intrige sein Mittel der Wahl sein kann, um sich zu rächen.

So liebend sein Image von sich selber auch sein mag, hat er am Minuspol starke Machttendenzen, um seine Mitmenschen zu manipulieren und zu dominieren. Dies würde er sich jedoch niemals eingestehen wollen und überhöht sich selbst Gott gegenüber. Wenn er Gutes tut, sorgt er gerne dafür, dass es gehört und gelobt wird. Nur wenige Menschen spüren, dass die Hilfe nicht bedingungslos erbracht wird.

Weil Typ Zwei ständig um die Bedürftigkeiten anderer Menschen kreist, ist er kaum bei sich und vernachlässigt sich selbst. Das kann sich in einer Erschöpfung und einem Gefühl des Ausgebrannt-Seins zeigen. Oder auch an einer fahlen Gesichtsfarbe, der die Vernachlässigung anzusehen ist. Er spürt sich selbst kaum und kompensiert die Liebe zu sich selbst mit der Liebe zu anderen. Nur in der Beziehung zu anderen Menschen spürt er sich selbst. Wenn sein Körper ihm Signale in Form von psychosomatischen Symptomen schickt, ignoriert er sie gerne. Denn ein Helfer hat keine Probleme und braucht selber keine Hilfe.

Der Helfer hilft und merkt nicht, dass er durch die Erfüllung der Wünsche von anderen seine eigenen, uneingestanden Bedürfnisse und unbewussten Machtgelüste befriedigt. Um Hilfe zu bitten, wenn es ihm nicht gut geht, passt nicht in sein Weltbild und sein Selbstbild des „stolzen Helfers.“ Dafür sorgt er durch seine Schmeicheleien gerne dafür, dass er unentbehrlich für seine Mitmenschen bleibt. Dass andere Menschen überfremdet werden von seiner Hilfe, merkt er überhaupt nicht.

Typ Zwei ist ein „Herztyp“

Typ Zwei des Enneagramms wird den „Herztypen“ (genauso wie die Typen 3 und 4) zugeordnet. Wenn er anfängt, sich in den gereiften Pluspol seiner Grundstruktur zu entwickeln, dann fängt er an, einen konstruktiven Umgang mit seiner altruistischen Ader zu finden. Am Pluspol wird Typ Zwei auch als der „wahrhaft Liebende“ bezeichnet.

Der entwickelte und gereifte Mensch des Typen Zwei ist warmherzig und liebesfähig. Er hat gelernt, andere Menschen mit seiner Liebe nicht mehr zu erdrücken, sondern bedingungslos zu geben und zu lieben. In der Nähe eines Typen Zwei am Pluspol fühlt man sich wohl aufgrund seiner liebevollen und freilassenden Ausstrahlung. Er ist da, wenn er gebraucht wird. Doch er hat gelernt, zuerst die eigenen Bedürfnisse zu spüren und sie nicht über sein Gegenüber auszuagieren.

Typ Zwei am Pluspol spürt immer noch sehr genau, was sein Umfeld braucht, doch er kann sich nun zurück halten und abwarten, bis er gefragt wird, ob seine Hilfe benötigt wird. Er muss nicht sich mehr unentbehrlich machen, um sich zu spüren und nimmt seine Eigeninteressen wahr und ernst.

Am Pluspol hat Typ Zwei gelernt, wie heilsam es ist, eigene Grenzen zu erkennen und Grenzen auch nach Außen hin zu setzen. So läuft er nicht mehr Gefahr, auszubrennen und schafft es immer wieder, den Blick nach innen zu richten, um seiner Seele zu lauschen.

Mit der Reifung des Typen Zwei gelingt es ihm, sein Selbstbild als Helfer stehen zu lassen und vertrauen Menschen seine Nöte anzuvertrauen oder sich sogar helfen zu lassen, wenn es nötig ist. Er ist bescheiden geworden und kann sich am Pluspol auch seiner Seelentiefe mit seinen Schatten zuwenden. Gerade auf diese Weise nimmt er diesen ihre Bedrohlichkeit und kultiviert damit seine bedingungslose Liebesfähigkeit, die einen unschätzbaren Wert für ihn und die Welt bedeutet.

Berühmte Menschen vom Typus Zwei sind: Mutter Teresa (auch wenn Richard Rohr & Andreas Ebert in ihr Typ Acht sehen), Elisabeth Taylor, Dolly Parton, Mia Farrow, John Travolta, Nancy Reagan, Geena Davis, Florence Nightingale

Typ Zwei wird das Land Italien zugeordnet, weil es aufgrund seiner Affinität zur Bemutterung und zur Verherrlichung der Gestalt der großen helfenden Mutter gezählt wird, die bedingungslos da ist und den „verlorenen Sohn“ immer wieder in ihr großes Herz schließen würde.

Typ Drei – Der Macher, der Erfolgstyp, der Charmeur, der Rollen- oder Schauspieler

Typ Drei des Enneagramms ist ein Image-Typ. Prestige, Status und Bewunderung sind ihm wichtig. Dafür tut er viel, auch wenn er dabei sprichwörtlich „über Leichen geht“, betrügt oder lügt. Die USA ist ein Land, das den Erfolgstypen Drei am Stärksten verkörpert. Die US-amerikanische Mentalität von „hire & fire“ zeichnet den image-liebenden Dreier am Minuspol besonders aus. Die Puppen Barbie und Ken symbolisieren das perfekte Schönheitsideal zur Mentalität des Erfolgstypen Drei.

Wie ist das Grundmuster von Typ Drei aus dem Enneagramm zu verstehen?

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen beschreibt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Drei am Minuspol ist süchtig nach Erfolg und kann auch als klassischer Workaholic im Leben in Erscheinung treten. Oftmals ist er tatsächlich in Führungspositionen tätig, in denen er seine Energie aus der Bewunderung anderer zieht. Dabei merkt er nicht, dass er sich zum Sklaven seines Erfolgsstrebens macht.

Während Typ Zwei am Minuspol Dankbarkeit für seine Hilfe erwartet, so will Typ Drei Lob und Bewunderung für seine Leistungen erhalten. Die Not von Typ Drei besteht darin, dass er wie der Typ Zwei sich selbst am Fernsten ist und nicht fühlen kann, wer er ist, wenn der Applaus für seine Leistungen ausbleibt. Denn das Selbstwertgefühl des Dreiers steht und fällt mit seinen Erfolgen.

Der Preis für den Erfolg ist hoch, denn fragt man Typ Drei, wer er eigentlich sei, kann er dies nur schwer oder gar nicht beantworten, weil er sich beim vielen Rollenspielen um des

Erfolgs wegen extrem von seiner wahren Mitte entfernt hat. Seine wahren Bedürfnisse, seine eigene Meinung, seine inneren Werte hat er beim Erfolgsstreben aus dem Blick verloren.

Der hohe Image- und Prestigewert unserer Gesellschaft erschwert ihm noch zusätzlich die Erkenntnis, dass er sich zunehmend von sich selbst entfernt und anfängt, Raubbau an sich zu betreiben. Es kann sein, dass er zu Hause und vor Kollegen den liebevollen Familienvater und Ehemann spielt, ohne sich zu fragen, ob es echt ist und ob es nur eine Rolle ist. Er tritt nach Außen oft lässig und jugendlich auf, weil es zum Image-Bild von ihm passt. Manchmal verrät er sich nur dadurch, dass er die gespielte Rolle ein wenig zu glatt präsentiert. Um bewundert zu werden, kann er oft zu unfairen Mitteln, z.B. zum Betrug und zu Lügen greifen. Das Lügen hat Typ Drei am Minuspol so sehr verinnerlicht, dass er zwischen Wahrheit und Lüge kaum noch unterscheiden kann. Auch kann er Misserfolge charmant zu Teilerfolgen uminterpretieren. Er ist ein Verpackungskünstler, bei dem die Oberfläche der Verpackung und das Image mehr zählen als der Inhalt.

Wenn Typ Drei der gewünschte Beifall nicht gegeben wird, kann er aufgrund der Kränkung seines Egos eiskalt werden.

Typ Drei am Pluspol – Erlösung durch Wahrhaftigkeit

Typ Drei des Enneagramms wird den „Herztypen“ (genauso wie die Typen 2 und 4) zugeordnet. Wenn Typ Drei anfängt, sich in den gereiften Pluspol seiner Grundstruktur zu entwickeln, dann fängt er an, wahrhaftig zu sein. Er ist auch weiterhin ein Mensch der Tat, der produktiv und effizient arbeitet. Doch er hat gelernt, auf seine innere Stimme zu hören und sein Wertgefühl zu befragen, bevor er dem Erfolg so blind wie früher nachrennt. Erfolg ist ihm zwar immer noch wichtig, doch er behält das Wohl der ganzen Firma und der Mitarbeiter im Blick.

Am Pluspol ist Typ Drei ein wunderbarer Motivator, der Andere durch seine Begeisterung mitreißen kann. Er sprüht vor Kraft und verfolgt ein Ziel konsequent, ohne sich in der äußeren Erscheinungswelt zu verlieren. Der Blick nach Innen ist ihm wichtig geworden und er hat gelernt, auf sein Gewissen zu hören. Das Gewinnen um jeden Preis ist einem Lauschen nach Innen gewichen, um fair mit seinen Mitmenschen umzugehen und um dazu beizutragen, dass ein höheres Ziel angestrebt wird.

Hat Typ Drei am Minuspol Hindernisse und Rückschläge geleugnet, lernt er am Pluspol, bei der Wahrheit zu bleiben und Dinge auch beim Namen zu nennen, selbst wenn sie unangenehm sind. Eine entwickelter Typ Drei gewinnt die Einsicht, wie heilsam es ist, innezuhalten und auf die eigene Seelenstimme zu hören. Es ist die Liebe zur Wahrheit, die ihn antreibt und seine Tatkraft auf das Erreichen sinnvoller Ziele richten läßt.

Berühmte Menschen vom Typus Drei sind: Bill Gates, Franz Beckenbauer, Silvio Berlusconi, Paul Newman, Deepak Chopra, Shirley MacLaine, Sabine Christiansen und Willy Brandt.

Typ Drei wird mit den Vereinigten Staaten von Amerika in Verbindung gebracht. Das Bild „vom Tellerwäscher zum Millionär“ durch Leistung und harte Arbeit, um Status und Anerkennung zu erreichen, verkörpert stark das Bild eines Erfolgsmenschen und Machers. Dreier-Unternehmen auf der ganzen Welt streben nach Erfolg und Gewinnmaximierung im Sinne der Effizienz und einer „Höher, schneller und weiter“-Mentalität. Ethische Werte, Nachhaltigkeit und „grüne Werte“ bleiben bei einer minuspoligen Dreier-Kultur außen vor.

Filmtipp: „Catch me if you can“ mit Leonardo Di Caprio, der einen jungen Mann darstellt, der vor Familienproblemen flüchtet und in unterschiedliche Rollen und Identitäten wie Pilot oder Arzt schlüpft, ohne zu spüren, wer er selber eigentlich ist.

Typ Vier – Der Romantiker, der Künstler, die Drama-Queen, die Prinzessin/ der Prinz

Typ Vier aus dem Enneagramm ist ein „Besonderer.“ Diese Rolle hat er so stark kultiviert, dass er sich als besonders unverstanden, besonders sonderbar, besonders künstlerisch, besonders hochsensibel, besonders begabt empfindet. Ihm haftet die Ausstrahlung des Künstlerischen und Extravaganten an, die fast schon zwanghaft gepflegt wird und ihn zu jemandem macht, der das Durchschnittliche ablehnt. Die Attitüde des Dramatischen, Melancholischen und Tiefsinnigen durchzieht das Lebensgefühl der Vier. Äußerlich sieht man es an einer besonders starken und mitunter künstlichen Selbstdarstellung, wie z.B. an einer auffälligen Kleidung, einer Blume im Haar, sehr besonderen Socken, die geknackt aus extravaganten Schuhen hervor blitzen oder einem Auto, das besonders alt ist oder eine besondere Farbe hat.

Das Grundmuster von Typ Vier

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Vier am Minuspol ist ein Heimatloser. Er scheint nirgendwo zu Hause zu sein, am allerwenigsten in sich selbst. Der Selbstwert eines minuspoligen Vierers ist mit einer starken Selbstablehnung verbunden. Er fühlt sich tief im inneren seines Wesens als minderwertig und überflüssig, mit einem immer währenden Makel versehen. Er kann nicht glauben, dass er liebenswert ist und das Glück genauso verdient, wie seine Mitmenschen.

Das Sehnen nach der Blauen Blume

Die kulturgeschichtliche Epoche der Romantik beschreibt das tiefe Innenleben des Typen Vier am Besten. Sie dauerte ca. vom Ende des 18. Jahrhunderts bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts hinein und umfasste insbesondere die Gebiete der bildenden Kunst, der Literatur und der Musik, aber auch die Gebiete der Geschichte, der Theologie und Philosophie, sowie die Naturwissenschaften und Medizin. „Der Wanderer über dem Nebelmeer“ von dem Maler Caspar David Friedrich versinnbildlicht das sehnsuchtsvolle Grundgefühl der Vier genauso stark, wie das Sehnen nach der Blauen Blume durch den deutschen Schriftsteller und Philosophen Novalis. Die blaue Blume wurde zum Sinnbild der Epoche der Romantik und beschreibt das innere Erleben des Typen Vier, der sich nach der blauen Blume als Symbol für Glück, Erfüllung und Liebe sehnt, sie aber nie erreichen wird. Dieses Sehnen bezieht sich auf einem inneren Konflikt der Vier. Eine Person des Typen Vier sehnt sich nach dem großen Glück, das sie aus ferner Vergangenheit erinnert und scheint es doch nicht erreichen zu können. Weil der Vierer eine diffuse Schuld auf sich geladen hat und ihm dieses Glück nicht zuzustehen scheint. Ein Teufelskreis.

Er liebt das dramatisch-melancholische Gefühl, das ihm aus der Selbstablehnung vertraut ist und taucht gerne ein in seine tiefe Beziehung zum Unbewussten, die über den Zugang zur Kunst, zur Musik, zu allem Ästhetischen und für ihn Schönen geschieht. Dass er durch seine Selbstinszenierung des Besonderen seinen Unwert nach Außen trägt, bemerkt er nicht. Oft arrangiert er sogar unbewusst Situationen, in denen er sein Glück sabotiert, wenn ihm das Glück doch mal zu nahe kommt. Er kann stundenlang in seinem Zimmer die Regentropfen beobachten und in seine dunklen Tiefen eintauchen, um sich dabei im Selbstmitleid zu verlieren. Seine Aura strahlt dabei eine Schwere aus, die das große Drama der Vier weiter am Leben hält und ihm von der Umwelt wiedergespiegelt wird.

Kernthema: Neid

Insgeheim hegt Typ Vier einen tiefen Neid auf andere Menschen, die scheinbar alle glücklicher und leichter leben als er. Der Neid ist eine Projektion seiner Sehnsucht auf das Glück der Anderen, das er sich selber wünscht. Solange Typ Vier sich den Neid im Kern nicht eingesteht, bleibt dieser unentdeckt ein Saboteur seines Glücks. Typ Vier scheint seinen vielen dunklen Gefühlen und Stimmungsnuancen hilflos ausgeliefert zu sein, so dass er sich so im schlimmsten Fall auch in eine Depression hineinsteigern kann.

Erlösung durch nüchternes Fühlen

Wenn Typ Vier am Pluspol anfängt, sich mit seinem tiefen Weltschmerz bewusst auseinander zu setzen und seinen Neid wirklich anerkennt, fängt er an, sein Selbstsabotageprogramm zu durchschauen. Er begibt sich auf eine Entdeckungsreise in seine Innere Heimat und beginnt, seinem inneren Saboteur immer wieder zu verdeutlichen, dass er sich von ihm nicht mehr alles gefallen lassen wird.

Es kann für Typ Vier sehr hilfreich sein, sich einen mitfühlenden Gesprächspartner in Form eines Therapeuten oder Coaches zu suchen, bei dem er seinem Schmerz Ausdruck verleihen kann, um sich ausklagen zu können. Das kann auch durch einen künstlerisch-kreativen Ausdruck geschehen (Kunsttherapie, Tagebuch-Schreiben, Tanzen,...), bei dem Typ Vier nicht mehr in destruktive Gefühlsbereiche abrutscht, sondern den eigenen Selbstwert bejaht und konstruktiv anfängt, nüchtern zu fühlen.

Erlösung durch Akzeptanz des Neides

Wenn Typ Vier beginnt, sich zu seinem Pluspol hin zu entwickeln, nüchtert er aus von der Schwere, der Melancholie, dem Drama und entschließt sich dazu, sich diese Welt zur Heimat zu machen. Im Innen wie im Außen. Das Eingeständnis des Neides führt Typ Vier in die Erlösung seines Ego-Musters. Denn empfindet Typ Vier seinen Neid in der Tiefe als eine heilsame Betroffenheit für sich – ohne erneute Selbstablehnung – reift er in dieser Ehrlichkeit zu sich selbst in ein neues Selbstwertgefühl hinein. Im Neid erkennt Typ Vier die Projektionen, mit denen er seine Mitmenschen belegte. Er kann sich fragen, ob es wirklich stimmt, dass die anderen so viel glücklicher sind als er oder ob diese Annahmen nur Projektionen seiner Sehnsucht auf das Glück der anderen sind, das ihm ebenso zusteht. Er fängt an, die Verantwortung für das Schöpfen seines eigenen Glücks zu übernehmen und damit der Schwere und dem Drama immer mehr den Boden zu entziehen. Am Pluspol ist Typ Vier ein direkter, einfühlsamer Gesprächspartner, der um die Fallen seines Drama-Musters weiß und sich von sich selbst – oder vielmehr von seinem inneren Saboteur - nicht mehr alles gefallen läßt. Ab dann tauchen in seinen inneren Bildern und Imaginationen lichte selbstbejahende Gestalten als eigene innere Anteile auf und er beginnt, immer mehr für sich und seine Wahrheit einzustehen.

Berühmte Menschen des Typen Vier sind:

Falco, Marilyn Monroe, Prince, Johnny Depp, Leonard Cohen, Marlon Brando, Michelle Pfeiffer, Val Kilmer, Romy Schneider, Van Morrison, Rainer Maria Rilke u.v.m.

Filmtipps für die Beschreibung der minuspoligen Vier:

„Vom Winde verweht“ mit der tragischen Viererfigur der Scarlett O´Hara. Für die pluspolige Vier wäre „Die fabelhafte Welt der Amélie“ mit seinen verspielten phantasievollen Bildern eine schöne erlöste Variante, wenngleich die melancholischen Gefühlstöne weiter mitschwingen.

Ohnehin gilt Frankreich als das Land der Vier. Die melancholisch-nostalgischen Filme aus Frankreich mit ihren ästhetisch-künstlerischen Szenarien, sowie der leicht dunklen Note des Weltschmerzes in der Darstellung der vielen emotionalen Nuancen, Zwischentöne und Farben verkörpern das Lebensgefühl der Vier sehr anschaulich.

Typ Fünf – Der Beobachter, der Eremit, der Forschergeist, der mystische Philosoph

Typ Fünf aus dem Enneagramm ist ein analytischer Denker, ein Forscher- und Erfindergeist. Am Liebsten ist er in seinen eigenen Vier Wänden und liest, beschäftigt sich viel mit seinen Mentalkonstrukten und Theorien über die Welt und seine Mitmenschen, anstatt am lebendigen Leben teilzunehmen. Dabei würde es ihm unglaublich gut tun, aus dem ewigen Rückzug eines „Nerds“ in das pralle Leben mit allen seinen Unberechenbarkeiten zu gehen und lernen, dass Gefühle im Erleben ihn beleben und nicht, wie er denkt, wegspülen könnten.

Das Grundmuster von Typ Fünf

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Fünf am Minuspol ist ein Distanzierter. Er wahrt die Contenance, geht in den Abstand und in den Rückzug vor seinen Mitmenschen, um sich seinen Gedankenkonzepten, Theorien und Ideen im Inneren zu widmen. Seine inneren Bilder in Träumen und Imaginationen zeigen häufig Glasscheiben, hinter denen er sich geschützt fühlt vor der Gefühlsnähe anderer Menschen. Am Minuspol hat ein Mensch vom Typen Fünf eine Todesangst davor, von der Intensität der eigenen Gefühle oder vor denen anderer Menschen weggerissen zu werden und ihnen hilflos ausgeliefert zu sein. Deshalb bleibt er lieber in sicherer Entfernung zu anderen Menschen, flüchtet sich in den Kopf und beobachtet die Menschen und die Welt aus der Distanz heraus. Auch physisch hält er gerne Abstand zu seinen Mitmenschen und seine Umarmungen fallen mitunter „holprig“ oder kaum spürbar aus.

Emotionale Kälte

Typ Fünf am Minuspol strahlt eine starke emotionale Kälte und Härte aus. Teilweise macht

er sich nach Außen hin sogar unsichtbar, um ja nicht angesprochen zu werden und somit mit seinen Gefühlen in Berührung zu kommen. Es kann auch sein, dass er im Streß seiner Angst den wohlwollenden Blick seines Gegenübers zynisch abtut und ihn sogar offen anherrschen kann: „Was guckst du mich so weichgespült an?“ Denn dann fühlt sich Typ Fünf auch über offen gezeigte Zuneigung schnell in die Ecke gedrängt und schießt aus einer Angsthaltung heraus, um sich zu schützen und um wieder Kontrolle über die unberechenbare Gefühlsintensität zu bekommen.

Eine Filmfigur, die den Archetypen des Fünfers gut aufzeigt, ist die Märchengestalt der „Schneekönigin“ von Hans Christian Andersen. Das Märchen wurde 1957 eindrucksvoll im gleichnamigen sowjetischen Film umgesetzt. Die Schneekönigin ist die Herrscherin über eine Eislandschaft und vereist ganze Landstriche mit großen Eiszapfen und -blumen, die eine besondere Ästhetik ausstrahlen. In diesem Märchen entführt die Schneekönigin den Jungen Kay weg von seiner Spielgefährtin Gerda in ihr Eisreich und vereist auch das Herz von Kay. Gerda beginnt eine Abenteuerreise, um ihren Gefährten zu finden und ihn zu erlösen. Im Eispalast der Schneekönigin angekommen erkennt Kay seine Gerda nicht wieder und spielt nur weiter mit Schachfiguren aus Eis. Gerda ist verzweifelt und weint bittere Tränen, die von der Schneekönigin verlacht werden, weil sie die Herrschaft über Kay und das Eis behalten will. Gerdas bittere Tränen berühren das Herz von Kay, der plötzlich beginnt, aufzutauen und auf einmal fällt ein Eiskristall aus seinem Herzen, so dass auch sein Herz sich öffnet und er Gerda in die Arme fällt. Die Schneekönigin verliert ihre Macht über Kay und das ganze Land, das anfängt, wieder aufzutauen und grüne Lebendigkeit zu versprühen. Symbolisch ist es das, was der Fünf gut tut: das eigene Herz zu öffnen und es von der allumfassenden Liebe oder ganz konkret durch einen anderen Menschen erwärmen zu lassen.

Cogito ergo sum – „Ich denke, also bin ich“

Der Philosoph, Mathematiker und Naturwissenschaftler René Descartes (1596 – 1650) als der Begründer des Rationalismus gilt als der Inbegriff eines Typen Fünf mit der weltberühmten Aussage „Ich denke, also bin ich.“ Das rationalistische kritische Denken hat die damalige Zeit stark geprägt und ist eng gekoppelt an eine Identität, die sich über eine kritisch-rationale Reflexionsfähigkeit definierte.

Kernthema: Leere

Das, was die Typ Fünf am Stärksten vermeiden möchte, ist das Gefühl der inneren Leere in sich. Tief in ihrem Inneren fühlt sich die Fünf einsam und versucht, diese Leere mit dem Ansammeln von Informationswissen oder Gegenständen zu füllen. Im schlimmsten Fall gerät ein Mensch vom Typen Fünf in den Sog einer gegenständlichen Sammelleidenschaft, die in ein Messitum führen kann.

Erlösung durch den Mut zum Fühlen

Wenn Typ Fünf sich in den Pluspol seiner Struktur entwickelt, fängt er an, sich auf seine Mitmenschen zuzubewegen und den Kontakt zu ihnen zu suchen. Auch wenn es ihn viel Mut kostet, auf andere Menschen zuzugehen, überwindet er sich jedes Mal aufs Neue, um zu merken, dass er seine Gefühle und die anderer Menschen aushalten und in sich fühlen kann, ohne flüchten zu müssen. Er wahrt zwar immer noch einen respektvollen

körperlichen Abstand, doch fängt er an, sein Herz immer mehr zu öffnen und anstatt nur über das Leben nachzudenken, es durch lebendige Erfahrungen im Körper zu bejahen. Er fängt an, sich mit seinem Wissen zu zeigen und sich in Freundschaften und Beziehungen immer mehr auf die eigenen Gefühle und die seiner Mitmenschen einzulassen.

Innere Weisheit

Eine gereifte Fünf strahlt eine starke Weisheit aus. Wie eine alte, weise Frau oder ein alter weiser Mann verkörpert Typ Fünf eine freundliche, ausgeglichene, warmherzige Person, die sich ihren Mitmenschen mit einer inneren Wärme und Weisheit nähert. Typ Fünf im Zustand der Erlösung hat einen klaren, scharfen Verstand und ist gleichzeitig mit der Gefühlstiefe seines Herzens verbunden.

Berühmte Menschen des Typen Fünf sind:

Franz Kafka, Aldous Huxley, Hermann Hesse, Mahatma Ghandi, Marlene Dietrich, Glenn Close, Ben Kingsley, Antoine de Saint-Exupéry, David Bowie, Eckart Tolle u.v.m.

Die Figur des Mr. Spock aus der Serie „Raumschiff Enterprise“ stellt Typ Fünf in seiner Grundstruktur gut da. Denn als Halb-Vulkanier, dessen Gesellschaft rein auf Logik beruht, reagiert Mr. Spock wie Typ Fünf aus dem Enneagramm – trotz seines gelegentlich durchschimmernden menschlichen Erbes – stets logisch und besonnen, nie emotional. Sein berühmtester Kommentar zum Verstehen von etwas war stets das distanzierte Wort: „Faszinierend.“

Als das Land des Typen Fünf gilt England. Die Contenance zu wahren und eine englische Noblesse auszustrahlen, gilt gerade im englischen Königshaus immer noch als eine der wichtigsten Tugenden überhaupt. Echte Gefühle werden in der Öffentlichkeit kaum gezeigt, auch wenn die neue Generation der adligen Jugendlichen langsam einen neuen Wind ins viktorianisch-strenge Königshaus zu bringen beginnt.

Die englische Comedy-Figur des Mr. Bean (Deutsch: Bohne, gespielt von Rowan Atkinson) nimmt die distanzierte und verschrobene Seinsart des Typen Fünf ebenfalls wunderbar ironisch auf die Schippe.

Typ Sechs – Der Loyale, der Gemeinschaftsmensch, des Teufels Advokat (Zweifler)

Typ Sechs aus dem Enneagramm ist ein stark gemeinschaftsbezogener Persönlichkeitstyp, dem das Wohl der Gemeinschaft am Herzen liegt. Er denkt im Sinne der Gemeinschaft, hilft, wo er kann, übernimmt viel Verantwortung und handelt aus einem natürlichen Pflichtgefühl heraus. Ein Mensch vom Typen Sechs ist ein loyaler Freund, Ehepartner, Mitarbeiter und Gefährte. Solange er sich am Minuspol (Streßpol) seiner Struktur befindet, vergißt er sich bei seinen Aktivitäten für das Gemeinwohl allerdings oft selbst und vernachlässigt seine eigenen Bedürfnisse. Am Pluspol (Potentialpol) seiner Struktur fängt er an, autark zu sein und sich aus Abhängigkeiten heraus zu lösen.

Das Grundmuster von Typ Sechs

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines

Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Sechs am Minuspol hat zwei Ego-Ausprägungen, an die er angebunden sein kann. Er kann ein phobischer (ängstlicher) „Angsthase“ sein oder ein kontraphobischer „Angstbeisser“, der eine mögliche Gefahr nach Außen projiziert und bereits dann angreift, bevor eine Bedrohung überhaupt auf ihn zugekommen ist. Das größte Problem der Grundstruktur einer Sechs ist ihre Angst. Es ist die tief sitzende Angst, aus dem Boot der Gemeinschaft zu fallen, nicht gehalten und nicht geborgen zu sein. Als ob es keinen Boden unter ihren Füßen gäbe und das Leben gefährlich, bedrohlich und „nicht sicher“ wäre. Da Typ Sechs auch ein Mentaltyp ist, wie auch Typ Fünf und Typ Sieben, ist er stark im Verstand und im Denken beheimatet, so dass seine mentallastigen verbalen Ausführungen bis hin zum „Mindfuck“ reichen können.

Illusion Sicherheit

Typ Sechs am Minuspol versucht, die Bedrohlichkeiten und die Gefahren des Lebens durch ein ausgeprägtes Sicherheitsbedürfnis einzudämmen. Der Drang, das Leben kontrollieren zu wollen, entspringt einer diffusen Angst, die er selber oft nicht spürt und die er durch Vorsichtsmaßnahmen zu kompensieren versucht. Er tastet seine Umwelt auf mögliche Risiken ab und es ist ihm wichtig, was andere über ihn denken. Denn es geht ihm in seinem Bedürfnis nach Sicherheit darum, durch Zuverlässigkeit und Loyalität seinen Platz im Boot der Gemeinschaft zu sichern. „Was sollen die Leute nur über mich denken? Das kann ich auf gar keinen Fall machen.“ Wenn er seine Pflicht tut, bleiben ihm die anderen Menschen erhalten. So denkt er jedenfalls und nimmt sich häufig mit seinen Bedürfnissen stark zurück. Denn wenn er das ausspricht, was er wirklich denkt und fühlt, könnte es sein, dass es Streit gäbe und die Anderen sich von ihm abwenden könnten.

Der Zweifel als des Teufels Advokat (Advocatus Diaboli)

Wenn wir den Teufel als Symbolgestalt für die Angst nehmen, ist der kleine Bruder der Angst der Zweifel. Im klassischen Sinne ist Typ Sechs durch seinen starken Zweifel mit einem „Anwalts des Teufels“ (Advocatus Diaboli) zu vergleichen – einer Person, „die Gegenargumente entgegen der eigenen inneren Einstellung vertritt.“ Diese Einstellung ist die Selbstverleugnung der Sechs durch den großen inneren Zweifler. Für den Typen Sechs ist der Zweifel am Minuspol ein treuer Begleiter in allen Lebenssituationen, denn er kann an sich selbst, an Mitmenschen, an der Gesellschaft, im Grunde an allem zweifeln. Mitunter schafft er es, sich durch seine Zweifel-Sucht in eine Abwärtsspirale aus Hiobsszenarien hineinzusteigern und dabei seine Gefühle mit in eine depressive Verstimmung zu ziehen. Was im schlimmsten Fall (worst case) alles passieren könnte, wird dann als Grundgefühl zu seiner Realität.

Über-Anpassung

Ein Sechser am Minuspol kann sich chamäleonhaft an seine Umfeld und seine Mitmenschen anpassen, um ja dazu zu gehören und um sich im Nachhinein zu ärgern, dass er seine Meinung nicht vertreten hat. Mitunter stellt er eigene Bedürfnisse zurück, um andere nicht zu verärgern oder vor den Kopf zu stoßen. Vor allem neigt er dazu, einen anderen Menschen auf einen Sockel zu stellen und sich vor ihm klein zu machen. Es findet dann eine Positiv-Projektion statt, in der ein Typ Sechs die eigene Größe auf ein

Gegenüber projiziert und diesen vergöttert, bis dahin, dass er ihn als Sonne sieht, um die er anfängt zu kreisen, anstatt seine eigene Größe anzuerkennen.

Erlösung durch Mut

Wenn Typ Sechs sich in den Pluspol seiner Struktur entwickelt, fängt er an, Mut aufzubringen. Mut, um seine Bedürfnisse und Werte ernst zu nehmen. Mut, um auch entgegen der Meinung einer Gruppe für sich einzustehen. Mut, um sich auch abgrenzen zu können. Mut, um sich Konflikten zu stellen. Auch auf die Gefahr hin, dass die anderen ihn nicht mehr mögen oder sich sogar von ihm abwenden. Er hält am Pluspol die tiefe Unsicherheit seiner Persönlichkeitsstruktur aus, die ebenfalls ein Teil seiner Angst ist und setzt sich dennoch für seine Meinung ein. Tut er dies immer wieder, erblüht der entwickelte Sechser zu einem „Helden“ und einem Vorbild für Andere, die anfangen können, sich ein Beispiel an ihm zu nehmen. Am Trostpunkt seiner Struktur wandert der gut entwickelte Sechser in den Pluspol der Neun. Er wird dann konfliktstärker, mutiger, freier, authentischer und klarer. Hilfreich, um aus dem Kopf ins Gefühl zu kommen, sind für die Sechs alle körperbezogenen Sport- und Entspannungstechniken, wie Yoga, Pilates, Schwimmen, Boxen (für das Fühlen des Zorns, den die Sechs zu wenig spürt), Tanzen u.v.m.

Gute Innere Autorität

Eine gereifte Sechs muss nicht mehr als graue Eminenz um die Sonne einer anderen Person kreisen, sondern ist sich darüber bewußt, selbst die Sonne zu sein. In ihren inneren Bildern kann die entwickelte Sechs dann Löwen (= Ursymbole für Mut und Kraft) begegnen und hat den Mut, ihren eigenen inneren Thron zu besteigen. Der innere Thron steht für eine natürliche innere Autorität, die mit einer guten Macht und Integrität zu vergleichen ist. Am Pluspol schafft die Sechs es entspannter, das eigene Wohl mit dem Wohl der Gemeinschaft in einen gesunden Einklang zu bringen. Die wahre Sicherheit findet die Sechs im „erlösten Zustand“ im Inneren, in ihrer eigenen Herzenswahrheit. Vor allem schafft es die pluspolige Sechs, ihrem angestauten Ärger und ihrem Zorn mutig einen konstruktiven Ausdruck zu verleihen.

Berühmte Menschen des Typen Sechs sind:

Adolf Hitler und Sigmund Freud als kontraphobische Sechser, Woody Allen, Billy Crystal, „Frodo“ aus der Herr der Ringe als Held.

Als das Land des Typen Sechs gilt Deutschland. „German Angst“ als das zentrale Motiv für die phobische Angsthasen- oder die kontraphobische Angstbeisser-Mentalität beschreibt die sicherheitsbezogene Grundstruktur des Typen Sechs. Das gilt auch für Kontroll-Mechanismen wie Regeln, Paragraphen und Gesetze, die das Bedürfnis der Sicherheit und Ordnung der Sechs untermauern sollen. Gefahren und Risiken soll im Vorfeld vorgebeugt werden. Dieser Sicherheitsmaßstab zeigt sich immer noch im preußisch geprägten Schulsystem in Deutschland und trägt den Wert einer vermeidlichen Sicherheit gepaart mit Disziplin als Wert in sich. Pflichterfüllung ist darin immer noch wichtiger als Spiel und Spaß.

Typ Sieben – Der Glückssucher, der Schmerzvermeider, der „Peter Pan“

Typ Sieben ist der ewig jung gebliebene Peter Pan, der nicht erwachsen werden möchte und wie ein Schmetterling von Blume zu Blume fliegt, um seinem Lustempfinden

nachzugehen. Ähnlich wie Typ Eins kann er den Ambivalentcharakter des Lebens schwer aushalten, da er am liebsten nur Spaß hätte und die schmerzhaften Themen gerne leugnet. Das Helle und Freudige zieht ihn magisch an, das Schwere und Dunkle versucht er zu vermeiden, wo es nur geht. Typ Sieben ist ein „Berufsjugendlicher“, der als solcher auch am Aussehen zu erkennen ist, denn er kultiviert eine jugendliche Ausstrahlung (durch Lächeln oder Lachen), die der Welt zeigen soll, dass er (alleine) weiß, wie es ist, glücklich zu sein und danach auszusehen. Ich denke dabei an einen Dozenten, der gerne Hawaii-Hemden trug.

Das Grundmuster von Typ Sieben

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Sieben am Minuspol ist ein „Realitätsflüchtling“ und Alles-Köner. Mit einer scheinbaren Leichtigkeit bewegt er sich tänzerisch durchs Leben, als gäbe es kein Morgen und vermittelt seiner Umwelt, wie gut er drauf ist und wie viel Spaß das Leben machen kann. Dass er dabei zwanghaft getrieben ist und vor der Schattenseite des Lebens flüchtet, ist ihm nicht bewußt. Die Folge dieser „keep smiling“-Attitüde ist, dass Typ Sieben oberflächliche Verbindungen und Beziehungen aufrecht erhält, ohne sich wirklich einlassen zu wollen. In der Tiefe flüchtet er vor dem dunklen und diffusen Schmerz, den er in der Kindheit erfahren hat und den er nie wieder erleben möchte.

Todsünde Völlerei

Eine der sieben Todsünden (Lateinisch peccatum mortale), die die katholische Kirche als eine besonders schwerwiegende Art der Sünde beschrieb, ist die der Völlerei. Sie bedeutet auch „Fresssucht, Schwelgerei, Gefräßigkeit, Maßlosigkeit und Unmäßigkeit.“ Sie kann sich auf Essen und Trinken, aber auch Sexualität beziehen. Die Völlerei (lat. Gula) ist die [Charaktereigenschaft](#), das [Laster](#) eines Menschen, die ihn zu einem ausschweifenden und maßlosen Leben führt. Nach katholischer Lehre lässt das den Menschen undankbar gegenüber [Gott](#) und der Gabe des [Lebens](#) werden. Typ Sieben am Minuspol gibt sich seinen Gelüsten im Übermaß hin und flüchtet somit vor Verantwortlichkeiten, Pflichten, Verbindlichkeiten und droht in diesem Grundmuster des Minuspols, die eigene Familie oder nahestehende Freunde im Stich zu lassen, um seiner Lust nachzugehen.

Siebener am Minuspol sind sprunghafte, überaktive und überspontane Menschen, die sich schnell langweilen können. Wenn die eigene Lust durch ein Gegenüber nicht befriedigt wird, können sie schnell das Weite suchen und „weiterfliegen“, wenn es ihnen zu tiefgründig oder zu schwierig wird. Ein Nahestehender kann sich auf diese Weise leicht benutzt fühlen, weil Typ Sieben ihm das Gefühl vermitteln kann, austauschbar zu sein und nicht als Subjekt gemeint zu sein, sondern als Objekt, das die Sieben apersonal nutzt, um den größtmöglichen Lustgewinn aus einer menschlichen Verbindung zu ziehen. Siebener werden selten aggressiv. Es sei denn, sie werden daran gehindert, ihrer Lust nachzugehen. Dann können sie ungewohnt ungehalten aggressiv werden und können notgedrungen auch in den Angriff übergehen.

Flucht in Fantasiewelten

Bei allem Anschein, ein Herztyp zu sein, ist Typ Sieben jedoch ein Mentaltyp, der zu den Angsttypen des Enneagramms zählt. Seine Angst vor den dunklen Seiten des Lebens lässt ihn in den Kopf flüchten. Wenn ihm seine Realität zu dunkel und unberechenbar wird, flüchtet er sich in Fantasiewelten in seinem Kopf. Dort reist er in Träumen in helle Märchenlandschaften, in denen er ein Abenteurer ist und in denen „alles gut“ ist. Die entsprechende archetypische Gestalt für den Typen Sieben aus dem Tarot wäre die des Narrs, der das Leben nicht allzu ernst nimmt und für den alles ein Spiel ist.

Am Minuspol ist Typ Sieben wenig bei sich, sehr auf das Außen ausgerichtet und ständig auf der Suche nach Glück und Lust. Siebener haben eine egomane, selbstherrliche Ausstrahlung eines Hochmuts, der auszusagen scheint: „Ich alleine weiß, wie das Leben Spaß machen kann.“ Diese hochmütige Grundhaltung kann eine Arroganz ausstrahlen lassen, die Typ Sieben nicht bewußt ist und die im Kern eine Erhöhung über andere Menschen bedeutet. Eine Sieben am Minuspol erhebt sich dann mitgeföhlsfrei über Menschen, die in ihrem Leid gefangen sind.

Das magische Kind

Wenn Typ Sieben sich in den Pluspol seiner Struktur entwickelt, fängt er an, inne zu halten. Bevor er vor der Schmerzangst flüchtet, fühlt er, aus welcher Haltung heraus sein Lustbedürfnis aufsteigt. „Möchte ich gerade etwas Unangenehmes vermeiden oder fühle ich die Freude wirklich und möchte ihr Ausdruck verleihen?“ Die Sieben trägt ein schalkhaftes, inneres magisches Kind in sich, das tiefe Freude, Leichtigkeit und Begeisterung empfinden kann und andere Menschen mitreißen kann. Wenn Typ Sieben es schafft, diesem inneren Kind auch zuzugestehen, dass es „dunkle Geföhle“ wie Trauer, Angst und Wut spüren darf, dann bekommen die Freude und der Humor eine wahrhaftige Qualität. Mehr Bodenhaftung und mehr „Sein im Augenblick“ begleiten die tiefe Lebensbejahung des Typen Sieben am Pluspol. Er kann sich immer mehr einlassen und seine Beziehungen bekommen eine neue Tiefe, die den Spaßfaktor genauso einbeziehen wie das Bejahen der Schattenaspekte des Lebens. Hilfreich für die Entwicklung zum Pluspol ist für den Typen Sieben die Schattenarbeit nach Ken Wilber oder Byron Katie.

Visionäre

Das Staunen-Können-wie-ein-Kind und die neugierige Begeisterungsfähigkeit – wenn sie nicht zu Fluchtzwecken missbraucht werden - sind die Ressourcen, die Typ Sieben als einen mitreißenden, charmanten und spielerisch-leichten Geföhrtten auszeichnen. Er schafft es dann, seinen Mitmenschen eine tiefe Lebensfreude zu vermitteln. Siebener sind Visionäre, die groß denken und groß träumen können. Gleichzeitig sind sie am Pluspol teamfähig und zuverlässig im Dran-Bleiben, ihre Visionen Schritt für Schritt umzusetzen und andere Menschen zu motivieren. Im bewußten Zustand sind sie Idealisten, die eine nüchterne Herzlichkeit ausstrahlen und sich nicht mehr so stark in den Vordergrund spielen müssen. Die Attitüde des „im Flow sein“ ist in der erlösten Variante an das magische innere Kind geknüpft, das alle Geföhle – ob hell oder dunkel – in sich bejahen kann.

Berühmte Menschen vom Typ Sieben sind:

Steve Jobs, Walt Disney, Thomas Gottschalk, Rudi Carell, Steven Spielberg, Cameron Diaz, „Roger Rabbit“ und „Peter Pan“ als Leitfiguren für das magische Kind des Siebeners.

Als das Land des Siebeners gilt Brasilien. Die legendäre brasilianische Karnevalskultur mit tagelangen Samba-Festivitäten spiegelt die Lust-Bezogenheit des Typen Sieben wieder und vermittelt Freude, Leichtigkeit und körperliche Sinnesfreuden.

Typ Acht – Der Boss, der Starke, der Machtmensch

Ein Achter aus dem Enneagramm ist die selbstbewussteste Persönlichkeit aller neun Typen. Vielmehr noch ist Typ Acht macht- und sogar konfliktsüchtig, maßlos in allem, was seinen Lebensstil anbelangt. Er liebt es, die Menschen in seiner Umgebung herauszufordern und ihnen ihre Masken vom Gesicht zu reißen. Denn er mag klare Verhältnisse, direkte Worte und behält gerne die Kontrolle, ob im Beruf oder im Privatleben. Streit und Kampf gehören zu seinem täglichen Überlebensprogramm. „Wer nicht für ihn ist, ist gegen ihn.“ Dieser tiefe Glaubenssatz läßt ihn im schlimmsten Fall zu einem Tyrannen und Diktator werden, um den herum es immer einsamer werden kann, wenn er sich nicht weiter entwickelt.

Das Grundmuster von Typ Acht

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Acht am Minuspol ist regelrecht machtgierig. Er scheut keinen Konflikt und betreibt diese als eine Art Sport. Wenn ihm sein Gegenüber keinen Grenzen setzt, kann er diesen mit seinen Provokationen und Konfrontationen schnell überrollen. Er sucht gerne nach den Schwächen bei seinen Mitmenschen, um sie ihnen brühwarm vor Augen zu halten und seine eigene Stärke zu demonstrieren. Er ist ein Schwarz-Weiß-Zeichner, der Mitmenschen in „für mich“ und „gegen mich“ einteilt. Und obwohl er von Natur aus einen starken Gerechtigkeitsinn besitzt und sich gerne für Schwächere einsetzt, fordert er umso stärker diejenigen heraus, die er als unauthentisch und duckmäuserisch ansieht. Ein Achter ist oft auch im Physischen ein starker Mensch, der als ein solcher nach Außen in seiner Erscheinung zu erkennen ist, denn er strahlt eine große Kraft und einen Mut aus, durch die ein schwacher Mensch sich schnell beschützt fühlt. In der Tat ist Typ Acht jemand, der gerne Hilfe zur Selbsthilfe für Schwächere anbietet und jemanden gerne in die Eigenverantwortung herausfordert.

Schwäche und Verletzlichkeit

Typ Acht ist ein Bauchtyp, der seine Umgebung instinktiv erfasst und nach möglichen Angreifern absucht. Seine Konfliktmanöver sind dabei allerdings nur Maßnahmen, um sein verletztes inneres Wesen zu schützen. Denn in Wahrheit ist der harte Panzer, den Typ Acht sich zulegt hat, nur eine Drohgebärde, um den butterweichen Kern seines zarten Herzens zu schützen. Das ist ihm selber oftmals nicht einmal bewußt, da der Kampfgeist

und die Abwehr von zarten, weichen Gefühlen für ihn zur zweiten Haut geworden ist. Die wahre Zartheit seines Herzens kann Typ Acht notfalls auch mit unfairen Mitteln, mit einer harten Aggression und in bestimmten Kreisen – wie z.B. Rocker-Gangs - auch mit roher Gewalt verteidigen. Schwäche ist für den Typen Acht die Achillesferse schlechthin, ob bei anderen Menschen oder bei sich selbst. Er würde sie am Liebsten ausmerzen und merkt dabei nicht, wie hart er mit sich selbst ins Gefecht geht, seine verletzten und empfindsamen Seiten leugnet oder sogar unterdrückt. Vor allem scheut er sich davor, sich ganz zu zeigen. Aus einer tiefen Angst heraus, dass die Mitmenschen mit dieser weichen und zarten Seite von ihm nicht gut umgehen würden.

Mangel an Vertrauen

Typ Acht ist ein Kontrollmensch, der im tiefsten Inneren an einem Vertrauensmangel leidet. Er hat Angst, sich dem Leben hinzugeben und möchte sich gänzlich sicher darüber sein, dass seine weniger starken Seiten auch gut behandelt werden. Deswegen provoziert er gerne und maßlos. Ein tiefer Glaube in ihm ist, dass das Gegenüber im Streit sein wahres Gesicht zeigt und ein Mensch im Konflikt mit seinen Schattenseiten sichtbar wird. Dann kann ein Achter sehen, wie der Andere ihm gegenüber wirklich steht und entscheidet sodann, ob er ihm vertrauen kann oder nicht. Er stellt gerne Regeln für andere auf, doch das heißt noch lange nicht, dass diese auch für ihn selber gelten müssen. Er kontrolliert gerne, ob die anderen sich an seine Regeln halten und macht dann doch durch seinen starken Freiheitsdrang gerne das, was er will. Diese Doppelmoral gepaart mit seinem Machthunger und mitunter Unterdrücken seiner Mitmenschen kann ihn sehr einsam machen. Dann kann er sich zu einer asozialen und einsamen Persönlichkeit entwickeln, weil sich Menschen von ihm abwenden und er sich plötzlich alleine wieder findet.

Annahme der „Schwäche“ Zartheit

Wenn sich ein Typ Acht in den Pluspol seiner Persönlichkeitsstruktur entwickelt, wird er gütiger und milder. Da wir als Menschen weibliche und männliche Anteile – nach C.G. Jung die sog. Anima (Urweiblichkeit) und den Animus (Urmännlichkeit) - in uns tragen, ist bei Achtern, auch bei weiblichen Achtern, die männliche Seite überbetont und die weibliche Seite wird stark vernachlässigt. Die weibliche Seite ist für die Acht eine Bedrohung, weil sie für die Zartheit, das Weiche und das Schwache steht. Für die Bewußtwerdung hin zur Erlösung aus der Ego-Struktur des Achters ist die Annahme der Zartheit von essentieller Bedeutung. Schwäche als etwas zu sehen, das eine Stärke ist, ist für die Acht eine Lebensaufgabe. Das bedeutet, die weibliche Seite in sich mehr zu entdecken und zum Vorschein kommen zu lassen. Auch auf die Gefahr hin, dass jemand sie als Schwäche ausnutzen könnte. An dieser Stelle könnte Typ Acht seinen großen Mut unter Beweis stellen und sich mehr auf seine zarte, weibliche Seite einlassen lernen.

Vertrauen als Schlüssel

Wenn Typ Acht sich sein Verhältnis zur Macht genauer anschaut und entdeckt, dass darunter eine tiefe Angst verborgen ist, Vertrauen zu wagen, dann fängt er an zu verstehen, dass er seinen Vertrauensmangel nicht durch eine Steigerung seiner Machtgebärden lösen wird. Hat er diesen Zusammenhang erst einmal verstanden, dann kann er neu wählen und auch trotz Enttäuschungen und Verletzungen wählen neu zu vertrauen. Bei allem Schmerz, den er empfindet, wenn sein Vertrauen missbraucht wird, sollte er sich davor hüten, einen Generalverdacht zu entwickeln und zu denken, dass er niemandem mehr vertrauen kann. Das zentrale Thema des Achters ist das bewußte Dienen in Liebe, das Helfen, das nie ein Abnehmen des Problems für einen Anderen ist,

sondern stets Hilfe zur Selbsthilfe bedeutet. Er möchte seine Mitmenschen stark machen und auch darin kann Typ Acht sein Gegenüber herausfordern, doch es geschieht auf eine ermächtigende einfühlsame Weise. Das würde bedeuten, dass er seine Macht- und Streitlust neben sich stellt und anfängt, genau hinzusehen, was in seiner Umwelt an Hilfe gebraucht wird. Außerdem kann sich Typ Acht am Pluspol auch selbst helfen lassen, weil auch er ab und an Unterstützung benötigt, auch wenn er meint, sich stets selber helfen zu können. Den Wert der Demut in seiner Qualität zu begreifen tut einem Achter in seiner Weiterentwicklung besonders gut.

Berühmte Menschen vom Typ Acht sind:

Josef Stalin, Robert De Niro, Madonna, Quentin Tarantino, Sean Penn, Mohammed Ali, Anthony Quinn, Georges Gurdijeff, Pablo Picasso, Alice Schwarzer, Gerhard Schröder

Die Filmfigur „der Pate“ (Originaltitel „The Godfather“) ist ein klassischer Achter-Patriarch, der als Leitfigur eine ausgeklügelte Mafia-Struktur führt, Familien beschützt und wenn es sein muss, seine Widersacher ohne mit der Wimper zu zucken aus dem Weg räumt.

Typ Neun – Der Friedliebende, der Mediator, der Konfliktvermeider

Eine Neun aus dem Enneagramm ist der (tiefen-)entspannteste Typ aller neun Persönlichkeitstypen. Kommt er in einen Raum, verbreitet er – am Pluspol seiner Struktur – eine ursprüngliche, authentische und geerdete Atmosphäre. Die Meisten fühlen sich schnell wohl in seiner Nähe und suchen diese auch aufgrund der unvoreingenommenen, fast kindlich-naiven Grundausstrahlung. Befindet sich Typ Neun jedoch am Minuspol seiner Ego-Struktur, kann es sein, dass er eine passiv-aggressive Ausstrahlung besitzt und sein Gegenüber anfängt, unruhig zu werden und die Neun nicht richtig greifen kann, nur seine Anspannung spürt. Die Neun schläft in ihrem Bewusstsein gerne ein und ist schwer zu fassen in dem, was sie eigentlich selber möchte. Sie ist gerne für andere da, was bis zu einer Verschmelzung mit ihrem Gegenüber reichen kann, doch nimmt sie ihre eigenen Bedürfnisse kaum oder wenig wahr.

Das Grundmuster von Typ Neun

Da ich zwischen Minuspol und Pluspol einer Persönlichkeitsstruktur unterscheide, fange ich mit dem Minuspol an, an dem es leichter deutlich wird, in welcher Not sich ein Enneagramm-Typ befinden kann. Der Minuspol beschreibt die unbewusste, „unerlöste“ Struktur eines Typen, während der Pluspol die bewusste, „erlöste“ Entwicklung eines Typen darstellt. Ein Enneagramm-Typ bezieht sich auf weibliche und männliche Personen gleichermaßen.

Typ Neun am Minuspol verschläft sein Leben. Er ist nur schwer oder gar nicht greifbar und scheint innerlich wie auf einem Berg zu sitzen, von dem aus er auf die geschäftige Welt herunterblickt und sich fragt, was das Ganze „da unten“ eigentlich soll. Als ob es ihn nichts angehe und er mit der lauten, lärmenden und anstrengenden Welt nichts zu tun hätte. Er bringt sich daher nicht aktiv in seinem Leben ein und fürchtet die verantwortungsvolle und konkret-handelnde Auseinandersetzung mit sich und seinen Mitmenschen. Aus lauter Angst vor Konflikten geht er faule Kompromisse ein, richtet die dabei aufgestaute Wut sodann nach Innen und kann an völlig unpassenden Stellen explosionsartig in die Luft gehen, wenn er bereits im Vorfeld um des lieben Friedens willen zu viel heruntergeschluckt hat. Am Minuspol ist er ein Mitläufer, der eher reagiert, statt Akteur seines Lebens zu sein.

Trägheit und Bequemlichkeit

Typ Neun ist ebenfalls wie Typ Eins und Typ Acht ein Bauchtyp. Er ist von Haus aus ein „gemütlicher“ Typ, was mitunter an seiner Körperfülle zu erkennen ist. Einige würden sagen, dass er „genügsam“ ist, andere würden ihn als „bequem“ bezeichnen. In den christlichen sieben Todsünden taucht die Grundeigenschaft der minuspoligen Neun als „Trägheit“ oder „Faulheit“ auf. Der Begriff Faulheit wird zur Beschreibung und Bewertung von Anstrengungsvermeidern genutzt, genauer: von Menschen, welche aus der Sicht des Sprechers bzw. Schreibers ihren gesellschaftlich auferlegten Aufgaben nicht bzw. nicht mit hinreichendem Fleiß nachgehen. Diese abwertende Eigenschaftszuschreibung vom Adjektiv „faul“ basiert „auf der Beobachtung, dass die so Charakterisierten offenbar mit einer mangelnden Motivation ausgestattet sind.“ (<https://de.wikipedia.org/wiki/Faulheit>) Und tatsächlich sind Neuner am Minuspol motivationsarm. Der Weg des geringsten Widerstandes ist gerade ausreichend, um ein Ziel zu erreichen. Ihnen scheint im wahrsten Sinne des Wortes schneller die Puste auszugehen und so flüchten sie lieber in ihre Komfortzone, die ein lieb gewonnenes Sofa mit einer eigenen Mulde sein kann, um sich nicht mit den konkreten Aufgaben des Lebens auseinandersetzen zu müssen. Vielleicht hat die Fernbedienung daneben eine ganz eigene Mulde im Sofa eingenommen. ;)

Innerer Kraftabsauger

Ein noch nicht entwickelter Neuner kennt das Gefühl, durch eine Kraft- und Motivationslosigkeit auf einmal lahmgelegt zu werden. Als ob ein Innerer Kraftabsauger als Saboteur auf einmal den Stöpsel aus der Badewanne ziehen würde und die eben noch vorhandene Energie den Körper verlässt. Er kann den Zusammenhang zur Konfliktvermeidung dabei nicht herstellen und doch sollte er dieses Verhalten an sich beobachten lernen. Immer, wenn die Neun vom Bewusstsein und von ihrer Präsenz her einzuschlafen droht oder einem Konflikt aus dem Weg gehen möchte, fehlt ihr plötzlich die Kraft. Das Ausweichen eines Konfliktes kostet enorm viel Kraft und solange die Neun nicht versteht, dass sie aufgrund ihrer Konfliktangst die dabei vorhandene Aggression mit nach Innen nimmt, wird sie den Konflikt per se weiter scheuen. Das nagt am Selbstwertgefühl der Neun und sie verliert die Achtung vor sich selbst. So läuft die Neun Gefahr, Kompensationsmechanismen wie Rückzug oder überzogene Anpassung zu entwickeln, um sich überhaupt noch spüren zu können. Der Missbrauch von diversen Sucht- und Genussmitteln, wie Alkohol, dient im schlimmsten Fall der Verdrängung und dem Muster, sich dem Leben mit seinen mannigfaltigen Aufgaben und Herausforderungen nicht stellen zu müssen. Dieses Vermeidungsmuster kann bis zur Weltflucht reichen, so dass eine Neun sich z.B. in ein Kloster „wegflüchten“ kann.

Annahme der konstruktiven Seite des Konflikts durch den Heiligen Zorn

Wenn Typ Neun sich in den Pluspol seiner Struktur entwickelt, wird er greifbar und bekommt Konturen. Er weiß, wer er ist und kennt seinen Weg, sowie seine Motivation fürs Leben mit seinen vielen kleinen und großen Aufgaben. Aus diesem sich neu erschlossenen Urvertrauen heraus ruht er in sich und stellt sich den Auseinandersetzungen in seinem Leben. Er fängt an, sich mit seinen eigenen und wahren Bedürfnissen auseinanderzusetzen, Ziele und Visionen für sein Leben zu finden, um sie mit aller Entschlossenheit - in seinem eigenen Tempo - umzusetzen. Er lebt nicht aus dem „Haben“ heraus, sondern aus dem „Sein.“ Er lernt, sich mit seiner Aggression als Zugang zur Lebenskraft auseinander zu setzen und versteht, dass er Konflikten nicht dauerhaft aus dem Weg gehen kann. Typ Neun lernt am Besten, seiner Aggression im Heiligen Zorn

(= konstruktive Seite der Lebenskraft Aggression) Ausdruck zu verleihen. Denn er versteht, dass der Weg zum Frieden notfalls durch die Konfrontation hindurch gehen muss.

Fokus und Dranbleiben

Da Typ Neun gerne auf dem Weg „einschläft“ und sinnbildlich im Nebel seiner Innenwelt hängen bleiben kann, ist es für ihn wichtig, einen Fokus und Anker für sein Leben zu finden. Wofür brenne ich wirklich? Was möchte ich vom Herzen her für mich und die Welt erreichen? Welche konkreten Ziele, Werte und Aufgaben möchte ich verwirklichen? Wofür lohnt es sich, dran zu bleiben und auch mal eine Durststrecke auszuhalten? Was kann ich heute für meine Träume tun? Wofür lohnt es sich, diesen Konflikt auszuhalten und zu mir und meiner Wahrheit zu stehen?

Wenn eine Neun wach genug durchs Leben geht, dann kann sie ihren Herzenswünschen auch Taten folgen lassen. Ins Handeln zu kommen ist für die Neun von entscheidender Bedeutung.

Neuner sind wunderbare Mediatoren, da sie am Pluspol Frieden ausstrahlen, einfühlsam sind und jeden Menschen verstehen können, ohne sich selbst dabei aus dem Augen zu verlieren. Sie können gut zwischen zwei und mehr Parteien vermitteln, sowie dabei selbst Position beziehen und notfalls auch liebevoll konfrontieren. Genauso wie Typ Eins und Acht sind sie sehr gerechtigkeitsliebend und setzen sich von Natur aus gerne für den Wert des Friedens in ihrem Umfeld ein.

Berühmte Menschen vom Typ Neun sind:

Queen Elisabeth II., Morgan Freeman, Ringo Starr, Marianne Sägebrecht, Walter Mathau, Sandra Bullock, Jennifer Aniston, Alfred Biolek, Reiner Calmund, Carl G. Jung, Walt Disney, John Goodman, Whoopie Goldberg

Der russische Roman „Oblomow“ von Iwan Gontscharow steht für die gleichnamige tragische Heldenfigur. „Oblomow“ wurde in der russischen Sprache zum Inbegriff des »überflüssigen Menschen«, dem in der Liebe wie im Leben jegliche Tatkraft fehlt.

Die Hobbits aus dem Roman und den Filmen zu „Herr der Ringe“ stehen für ein friedfertiges Neuner-Volk aus dem Auenland, das nach dem ersten Frühstück das zweite Frühstück einnimmt und harmoniebezogen in den Tag hineinlebt.

Über die Autorin der Texte:

Lidia Schladt ist Logotherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Integraler Coach der Praxis „Sinn und Werte“ in Bremen. Sie beschäftigt sich seit 2006 mit dem Enneagramm-Wissen und bietet neben der Einzel- und Paarbegleitung von Klienten Workshops und Seminare zum Enneagramm in Bremen und deutschlandweit an. Im Februar 2015 gründete sie die Facebook-Gruppe „Typisch du, typisch ich – Das Enneagramm als Lichtblick“ zum Austausch über die neun Persönlichkeitstypen. www.logotherapie-bremen.com und Facebook: <https://www.facebook.com/Lidia.Schladt/>

Zum Autorenprofil von Lidia Schladt im Compassioner:

<https://compassioner.com/author/lidia-schladt/>

Mail: mail@logotherapie-bremen.com