

De nieuwsbrief van april 2013,

Het gedrag achter type 8, de baas.

Type	Fixatie	Vermijding	Verdediging	Drijfveer / passie
acht	Macht / kracht	Kwetsbaarheid	Ontkenning	Lust

Verdedigingsmechanisme ontkenning

Drijfveer van de 8: lust ----->fixatie macht / kracht
Vermijding kwetsbaarheid

Hoe werkt het systeem van de acht, samengevat:

De acht heeft al vroeg in zijn leven de ervaring dat mensen die de macht over hem hebben hun macht ten koste van hem kunnen misbruiken. Hij heeft er een hekel aan om benadeeld te worden en onbewust is hij erop gefocust om zelf de touwtjes in handen te nemen. Als hij zelf de leiding heeft, gaan de dingen zoals hij het wil. Zoals hij het zelf ziet, in zijn beleving is dat op een rechtvaardige en eerlijke wijze. Hij loopt zo ook het minste risico om er bij in te schieten. Zelf de macht en controle houden is voor de acht een favoriete levensstrategie. Hij heeft daarbij al snel begrepen dat hij daarvoor energiek en krachtig moet zijn. De fixatie is macht en kracht. Vaak als een acht binnenkomt dan zal dat niemand ontgaan, er komt echt iemand binnen. Hij heeft een krachtige houding, soms praat hij indringend en luid, zijn woorden ondersteunend met gebaren. Maar ook als hij alleen maar aanwezig is zonder iets te zeggen wordt hij opgemerkt. Hij dwingt vaak respect af door zijn krachtige zelfpresentatie en de natuurlijke manier waarop hij ruimte inneemt. Tevens roept dit ook weerstand op. Hij neemt zoveel ruimte in dat hij over de grenzen van anderen kan heen walsen. Hij komt dan dominant en overheersend over. Hij zorgt er in ieder geval voor dat er met hem rekening gehouden wordt en dat hij niet over het hoofd gezien wordt. Hij richt zich op alles wat hem macht geeft en vermijdt alles wat hem uit zijn kracht haalt. De vermijding is kwetsbaarheid.

Want als je kwetsbaar bent, dan ben je zwak en dat wil hij al helemaal niet zijn. Want hoe red je het dan zelf in je leven? Hij wil absoluut niet afhankelijk zijn en worden van andere mensen, hij moet daar niet aan denken. Zijn angst bestaat eruit dat hij tekort komt als andere mensen invloed op hem zouden hebben. Ondanks zijn kracht en machtsvertoon is de acht gewoon een mens met al zijn angsten, twijfels, onzekerheden, frustratie en pijn. Deze kant ziet de acht niet, hij ontkent het. Zijn verdedigingsmechanisme is ontkenning.

Hij ontkent eigenlijk alles wat niet past bij het ideaalbeeld zoals hij zichzelf het liefst ziet. En sluit de waarheid van andere mensen niet aan bij hoe hij het ziet dan moet de ander het ontgelden. Zolang hij de dingen op zijn eigen manier en volgens zijn eigen overtuiging doet, ervaart hij controle en houvast. Zich openstellen voor de waarheid van anderen voelt voor hem als de macht uit handen geven. En dat ervaart hi als bedreigend voor zijn krachtige positie. Want de acht heeft nu eenmaal een enorme drang om voluit en krachtig te leven en zich energiek te voelen. Hij voelt zich dan goed en levenslustig.

De drijfveer van de acht is lust. Alles wat zijn lust opwekt moet bevredigd worden, zo houdt hij zijn energiehuishouding op peil. Zolang hij zijn levensenergie door zijn aderen voelt stromen voelt hij zich ook opgewassen tegen het leven, hij voelt zich levendig, krachtig en sterk. Hij kan zo de hele wereld aan. Een acht ziet zich zelf graag als iemand die vrolijk, enthousiast, positief, contactueel en actief is. Hij zoekt ook de mensen op die hem energie geven. Lust is de drijfveer van zijn strategie en motiveert hem om krachtig, machtig te zijn en zijn kwetsbaarheid te ontkennen. En zo is het systeem weer rond.

Herken je dit mechanisme bij jezelf of anderen?

Mocht je iemand weten voor wie deze info ook interessant kan zijn, een mailtje naar wilmaschonberger@versatel.nl maakt dit mogelijk.

De volgende keer ga ik verder met type negen, de bemiddelaar.

Tot zover de samenvatting. Wil je meer weten, lees dan de verdieping.

Fixatie macht en kracht.

De acht moet zijn eigen kracht voelen, het geeft hem de zekerheid dat hij sterk genoeg is om het leven aan te kunnen. Hij ziet zichzelf als krachtig en sterk en zo wordt hij ook vaak door anderen gezien. Hij straalt veel zelfvertrouwen uit, hij staat voor zichzelf en wekt de indruk dat hij veel energie heeft. Zolang hij zich krachtig voelt heeft hij het gevoel dat hij het heft in handen heeft en controle uit kan oefenen over anderen mensen in plaats van omgekeerd. Krachtig zijn staat voor de acht gelijk aan machtig zijn. Hij is één van de sterken en die bepalen in het leven hoe dingen gaan. Dat bewijst hij zichzelf en de wereld iedere keer opnieuw.

De acht wordt verleid om zijn kracht te laten zien door te strijden en te exploderen, een energie voortkomend uit verontwaardiging en woede. Een acht heeft goed toegang tot zijn woede en dit uit hij gemakkelijk en graag. Hij geniet ervan want dan voelt hij zich krachtiger dan ooit en het stelt hem gerust. Het bevestigt dat weer dat hij opgewassen is tegen het leven en de hele wereld aan kan. Hij vindt het lekker om te strijden en boos te zijn, iets kleins kan hem triggeren om in actie te komen.

Een acht is heel gevoelig voor mensen die in hun onschuld worden gekwetst. Hij wordt dan geconfronteerd met zijn grootste angst en pijn: onschuldig benadeeld worden door iemand die machtiger is dan hij. Dat is het allerergste voor een acht. Door zelf machtig en krachtig te zijn voorkomt hij dat anderen de macht over hem uitoefenen.

De acht zet zijn kracht in en komt op voor mensen die naar zijn idee oneerlijk of onrechtvaardig worden behandeld. Als hij optreedt als beschermer van onschuldigen dan wordt zijn imago van een krachtig en sterk persoon bevestigd. Met hem valt niet te sollen en hij tolereert het ook niet dat er met mensen die onschuldig zijn gesold wordt. Zijn acties zijn niet altijd even genuanceerd. Iemand deugt of deugt niet, is eerlijk of oneerlijk, het klopt of het klopt niet, er zit niets tussenin.

De acht heeft een hekel aan autoriteiten zonder werkelijk gezag, zoals parkeerwachters. Wordt hij klein gehouden door zo'n autoriteit dan is dat vanwege onmacht onverdraaglijk. Hij haat het als mensen hem onterecht van iets beschuldigen. Als hij het vermoeden heeft dat hij benadeeld of misbruikt wordt, iets wat al snel gebeurt, dan maakt het hem woedend en laat hij automatisch zijn kracht zien. Hij houdt er niet van als anderen hem aansturen en bepalen hoeveel ruimte hij in mag nemen. Dat maakt hij zelf wel uit, hij heeft daar zijn eigen regels voor en hij laat zich niet begrenzen door anderen. Omdat hij bang is dat mensen ten koste van hem hun macht misbruiken is hij altijd alert op manipulatie.

Een acht voelt gelijk hoe de verhoudingen liggen, dat gaat instinctief: het klopt wel of het klopt niet wat mensen doen. Onbewust is hij op zoek naar aanwijzingen die op een mogelijk verlies van controle en macht kunnen duiden. Hij wil weten met wie hij te maken heeft en hoe de verhoudingen liggen en vooral hoe de krachten verdeeld zijn. Klopt er volgens hem iets niet dan confronteert hij de ander er ook mee. Omdat de acht zo gefocust is op oneerlijk gebruik van macht, is hij juist extreem gevoelig voor oneerlijke situaties. Het werkt als een lap op een stier en hij gaat er met volle vaart tegenin.

Een acht heeft tegenstand nodig, hij wil uitgedaagd worden. Hij heeft conflicten nodig om zijn eigen kracht te voelen, desnoods door mensen te confronteren en te provoceren. Zo kan hij zijn woede ventileren en zijn kracht voelen. Elke overwinning van tegenstand maakt dat hij zich sterker en krachtiger voelt dan de ander, en daar gaat het om. Hiermee bevestigt hij zijn zelfbeeld: hij is de sterkste, moedig en onverslaanbaar. Hij bepaalt de spelregels en heeft de macht in handen.

Een acht vindt het ook prettig om een ander in zijn kracht te zetten, dat geeft een goed gevoel, het laat zien hoe machtig hij is. Door zijn positieve invloed en motiverende kracht krijgt hij het regelmatig voor elkaar dat een ander zichzelf overstijgt. Een bewijs voor hemzelf dat hij een expert in kracht is en een manier om zelf in zijn kracht te blijven en zijn energieniveau op peil te houden. Hij heeft als geen ander het vermogen om van zwakte kracht te maken en anderen te stimuleren om hetzelfde te doen. Maar hij weet ook als geen ander anderen te raken in hun zwakke plekken.

Een acht die zich bewust wordt van zijn eigen kracht en woede, komt er meestal achter dat hij zichzelf en anderen regelmatig tekort doet met al zijn geweld en hoe vernietigend zijn kracht kan zijn. Meestal behaalt hij zijn doel er ook niet mee. Een meer bewuste acht kiest ervoor zijn kracht op een slimmere manier te gebruiken waarbij hij hoe dan ook de leiding houdt, anders voelt hij zich veel te kwetsbaar.

Vermijding kwetsbaarheid.

Voor een acht is kwetsbaarheid gelijk aan afhankelijk zijn van andere mensen. Die zijn dan even machtiger en kunnen daar misbruik van maken. En dat wil een acht niet, dus vermijdt hij alles wat hem uit zijn kracht haalt en kwetsbaar maakt. Zo goed een acht weet wat zijn sterke punten zijn zo slecht kent hij zijn kwetsbare kant. Focussen op de kwetsbaarheid van anderen geeft hem de kans om anderen te steunen zonder dat hij zijn eigen kwetsbaarheid hoeft te laten zien.

Tobben en problemen hebben past niet bij het zelfbeeld van de acht. Hij kan hard voor zichzelf zijn, ook om te bewijzen hoeveel hij kan hebben en hoever hij kan gaan. Hij denkt graag in oplossingen en uitdagingen, liever dan met verdriet of pijn bezig te zijn waardoor hij uit zijn kracht gehaald wordt. Als een acht geraakt wordt dan laat hij zijn pijn niet of nauwelijks toe. Hij blaast zich op en maakt zich krachtig. Hij zegt tegen zichzelf: doe er wat aan, om vervolgens de negatieve gevoelens om te zetten in positieve. Actie, ook als andere kwetsbare mensen hulp nodig hebben. Zelf om hulp vragen komt zelden voor, dat is een teken van zwakheid, hij lost zijn eigen problemen op. Het liefst alleen, zonder afhankelijk te zijn van anderen.

Als een acht zich er niet van bewust is kan het neurotische vormen krijgen, hij zet zichzelf als het ware gevangen, hij heeft eigenlijk geen keuze. Keuzevrijheid ontstaat als hij door heeft hoe hij het doet, als hij stil staat bij zijn gevoel.

Niet eenvoudig voor de energieke acht, mede omdat hij er niet van houdt om aan negatieve gevoelens aandacht te schenken. En stilstaan past ook niet bij hem. Als hij tegen zijn eigen onzekerheid en angst aanloopt vindt hij het snel gezeik en gezeur, hij vermant zichzelf en zegt tegen zichzelf: zeik niet, lazer toch op.

De extraverte acht vindt het lastig om zijn aandacht naar binnen te richten. Als hij dit wel doet dan kan hij ook zijn kwetsbare en zachtere kant meer de ruimte geven. Een acht kan zijn kwetsbaarheid onder controle houden en er zijn kracht van maken. Hij kan kwetsbaarheid laten zien en nog steeds de regie houden, het is een gecontroleerde kwetsbaarheid. Twijfel, onzekerheid, verdriet, hij laat het nauwelijks toe en hij houdt het verborgen voor de buitenwereld om zijn imago van krachtig persoon in stand te houden.

Als er sprake van stress is richt de acht zijn energie naar binnen, probeert alles zo snel mogelijk op een rijtje te zetten, zodat hij weer zo snel mogelijk in zijn kracht kan komen. Hij is op zo'n moment niet meer herkenbaar als extraverte acht. Hij is ontoegankelijk en teruggetrokken in zich zelf, afgeschermd zodat niemand zijn kwetsbaarheid ziet en invloed op hem kan uitoefenen of misbruik kan maken van zijn zwakte. Hij weigert zich kwetsbaar te tonen en zijn stijl is er helemaal op gericht op het ontkennen dat hij kwetsbaar is.

Verdediging ontkenning.

Van de acht is het verdedigingsmechanisme ontkenning. Ontkenning van zijn eigen kwetsbaarheid en alles wat hij als bedreigend ervaart voor zijn krachtige positie. Hij wil controle hebben over zichzelf en het leven, hij bepaalt zelf wat hij denkt en doet. Zijn eigen waarheid is belangrijk. Komt de waarheid van een ander niet overeen met zijn waarheid, dan ontkent hij die gewoon om zo het imago van sterke persoon die niet gehinderd wordt door angst, twijfel, verdriet of pijn, in stand te houden. Alles wat zijn ideaalbeeld kan verstoren, wordt ontkend.

Als er al iets vervelends is dan richt de acht zich op iets dat hem energie geeft. Het gaat vanzelf zodat hij niet door heeft dat hij zijn kwetsbaarheid ontkent, het is een onbewust proces om te voorkomen dat zijn krachtige positie wordt ondermijnd.

Klagende mensen stralen een negatieve energie uit, een confrontatie voor de acht met het deel van hem zelf dat hij probeert te ontkennen. Hi richt zich dan ook liever op positieve en zelfverzekerde mensen. Mensen die ervan uit gaan dat je het leven zelf maakt. En kies je ervoor om dat niet te doen, dan is het al snel zeuren.

De acht is gewend zijn eigen leven te organiseren en te regelen, hij kan zich niet voorstellen dat een ander iets kan toevoegen. Hij vertrouwt op zichzelf en laat zich niet graag helpen of adviseren. Hij luistert wel, maar het moet al een heel goed idee zijn wil hij er iets mee doen. En het moet kloppen met zijn waarheid, dat is iets waar hij helemaal voor gaat. Het moet allemaal op de manier van de acht en niet anders. Dat hij door zijn krachtige en overtuigende wijze waarop hij zijn waarheid presenteert andere mensen aan het wankelen brengt, ziet hij niet. Als anderen het niet met zijn opvatting of houding eens zijn, dan is dat hun probleem, het is niet zijn probleem. Deze

uitdrukking gebruikt de acht graag, iets waarmee hij op een indirecte manier de waarheid van de ander ontkent.

Als zijn waarheid aan het wankelen wordt gebracht raakt de acht zijn controle en houvast kwijt. Het herzien van zijn eigen waarheid maakt dat hij zich echt kwetsbaar voelt. Hij ziet niet dat zijn waarheid subjectief is, iets om te ontkennen. Hij is er van overtuigd dat zijn waarheid DE waarheid is, die zeker niet door anderen te ontkennen valt. Als dat gebeurt is hij zeer verontwaardigd. En onder deze verontwaardiging zit angst verborgen.

Empathie opbrengen voor de waarheid van anderen is niet besteed aan de acht. Hij kan zich moeilijk verplaatsen in andere mensen. En buigen voor de waarheid of een compromis sluiten is er niet bij. Dat voelt voor de acht als capituleren. Als hij zijn waarheid bijstelt of herziet dan heeft hij het gevoel dat hij de strijd verloren heeft. Hij ziet nog niet dat het open staan voor de waarheid van een ander hem veel kan brengen, dat anderen hem iets goeds te bieden hebben.

De acht vertrouwt op zich zelf en niet op andere mensen. Dan zou hij er namelijk vanuit moeten gaan dat anderen het goed met hem voor hebben en eerlijk zijn. Zo ziet hij het niet. Hij heeft een overtuiging dat andere mensen hem zullen benadelen en pijn zullen doen. Door de waarheid van de ander te ontkennen voorkomt hij dat anderen invloed op hem krijgen.

De acht voert graag zelf de regie en voelt zich kwetsbaar als hij iets moet ontvangen. Er is dan een afhankelijkheid van de ander en kan hij de ander vertrouwen? Hij ontkent dat hij een ander nodig heeft, het voelt veiliger zelf de leiding te houden en op zijn eigen kracht te vertrouwen.

Vooral omdat het goed voor hem voelt en het voor hem verslavend werkt.

Drijfveer lust.

De acht wordt aangestuurd door lust, een onmatig verlangen naar alles wat hem energie geeft, hij wil zijn levenslust zo veel mogelijk voelen. Hij doet er alles aan om zijn energieniveau hoog te houden, zodat hij zich sterk en krachtig genoeg voelt om op zijn manier te leven. Hij zorgt ervoor dat zijn lusten worden bevredigd. Het kan gaan om behoefte aan kennis, goed gezelschap, fysieke uitdaging en fysieke behoeften zoals drank, eten en seks. Het gaat om alles wat leuk, opwindend en prettig is, daar wil hij meer van. Het gaat op een impulsieve wijze, het moet gelijk anders verslapt zijn interesse en richt hij zijn energie op iets dat gelijk energie geeft. De acht houdt er niet van om hemzelf iets te ontzeggen en er op te moeten wachten, het voelt beter om gelijk bevrediging te vinden. Er is een angst om benadeeld te worden en tekort te komen. Dit is een onbewust proces. Zijn strategie is, direct onlustgevoel omzetten in lustgevoel anders ervaart hij te veel stress. Als de lust bevredigd is kan hij weer ontspannen om vervolgens naar het volgende toe te gaan. De acht leeft zijn leven met volle teugen, hij leeft intens, het geeft energie en het voedt zijn levenslust.

Het lijkt wel alsof de acht meer prikkels en stimulans nodig heeft dan de meeste mensen, misschien juist omdat hij zichzelf zo gehard heeft tegen de frustraties en de pijn van het leven.

Wat een ander al snel te heftig, te hard en te snel vindt ervaart de acht als gewoon lekker.

Een acht is voortdurend bezig om zo veel mogelijk energie te creëren en zo min mogelijk energie te verspillen. Daarom vermijdt hij negatieve energieën en situaties. Het praten over kwetsbaarheid is ook zonde van de energie, dat laat hij liever achterwege. Woede geeft hem weer energie, als hij woedend is voelt hij zijn levenskracht en dat bevredigt ook zijn lust.

Een acht kan stoerder voordoen dan dat hij in werkelijkheid is. Het is een krachtsvertoon, vaak schuilt er een gevoelige persoon achter die snel geraakt wordt en graag geliefd wil zijn bij anderen. Hij gaat er onbewust van uit dat anderen van hem houden vanwege zijn kracht en energie. Dat maakt dat hij niet zeurt en geen aandacht vraagt voor zijn negatieve gevoelens. Hij zorgt voor anderen, neemt de leiding en regelt het zo dat hij zijn eigen behoeften bevredigt zonder iets van een ander te vragen. Een acht kan heel moeilijk bij zijn pijn blijven. Hij kan zich echt niet voorstellen dat andere mensen rekening met zijn behoeften zouden willen houden. Hij is helemaal gewend om het allemaal zelf te regelen. Als een ander al iets voor hem doet is dat meestal omdat hij dat met zijn kracht afdwingt. En zo is te zien dat zijn drijfveer lust hem bij zijn kwetsbaarheid weg houdt. Bij de acht is het alles of niets. Of hij onderdrukt zijn eigen behoeften en past zich aan of hij is weg om eindelijk eens te doen waar hij altijd al zin in had. In zijn beleving is het leven te kort om kwetsbaar te zijn.

Juist omdat een acht wordt aangestuurd door lust en alleen de dingen doet waar hij energie van krijgt, heeft hij het bijna altijd naar zijn zin. Hij kent hierbij twee standen: heel actief zijn en ook eindeloos genieten van niets doen. Het is net waar hij zin in heeft, veelal is het een fysieke kwestie. Hij gaat voor wat het lekkerst voelt en waar hij het meeste energie van krijgt. Hij is trouw aan zichzelf en zijn behoeften. Het is de manier voor de acht om zichzelf staande te houden. De grote kracht van een acht om altijd positief te blijven en er weer iets van te maken is tevens ook zijn valkuil. Een acht die de moed heeft om kwetsbaar te zijn en negatieve gevoelens toe te laten, zal ervaren hoeveel energie er vrijkomt zonder dat hij daarvoor zijn kracht hoeft te mobiliseren.

Literatuur o.a. Je enneatype voorbij (Rita van der Weck-Capitein), Handboek Enneagram Helen Palmer, Jacqueline Piederiet, De Enneagramcode gekraakt (Willem Jan van de Wetering), Het geheim van je karakter (Willem Jan van de Wetering).

Met vriendelijke groeten Wilma Schönberger
Coachingzwolle



Ps mocht je deze mail niet meer willen ontvangen, laat het me even weten.