

Типология личности - современная и глубинная «ЭннеаГрамма»

*Тренер Микадзе Анна – психолог, мастер
НЛП и Эннеаграммы*



Психотип личности в психологии — это условная модель, которая объединяет устойчивые особенности мышления, эмоций и поведения человека.

Простыми словами, это шаблон, который помогает специалистам исследовать поведение человека.



Методики определения типа личности:

Для определения типа личности используются различные методики, которые могут быть основаны на типологии Майерс — Бриггс, соционике, системе DISC или опроснике Кеттелла. Ниже представлены четыре таких методики.

Майерс — Бриггс

16 типов личности на основе предпочтений

Соционика

Информационный метаболизм психики

Система DISC

Поведенческие стили в работе

Опросник Кеттелла

16 факторов личности

ЭННЕАГРАММА - Эннеа - девять Грамма - фигура

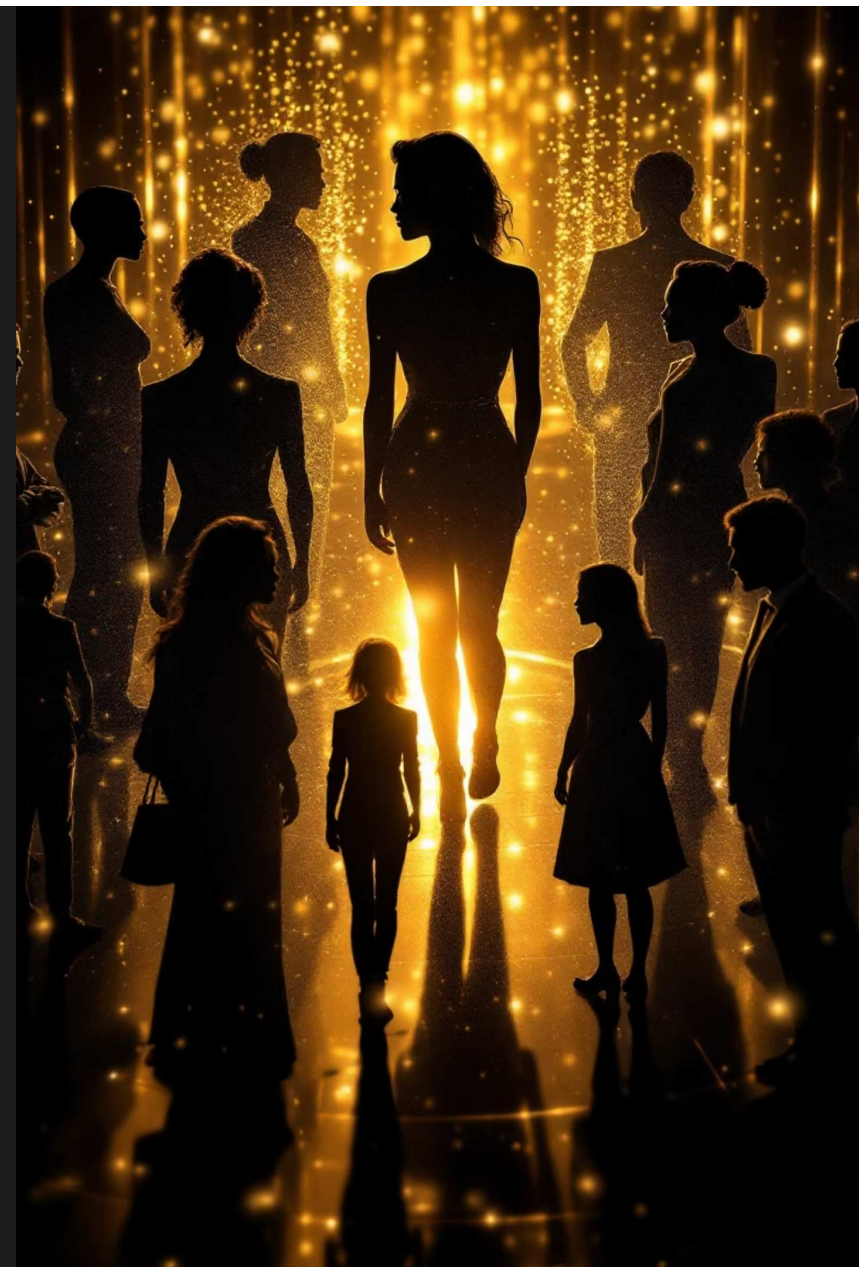
это духовно-психологическая,
динамическая типология
личности с возможностью
трансформации типа

*Георгий Гурджиев, Оскар Ичазо, Клаудио
Наранха, Дон Риссо и Расс Хадсон, Хелена
Макани*



9

ТИПОВ ХАРАКТЕРА И СУДЬБЫ



«ПОТРЕБНОСТЬ - МОТИВАЦИЯ- ФИКСАЦИЯ ТИПОВ»

ПОТРЕБНОСТЬ - это то, чего больше всего бессознательно желает тип в первые годы после рождения (генетически)

ТИПЫ : 8,9,1 (ТЕЛО)

уважение, власть, границы

ТИПЫ : 2,3,4 (ЭМОЦИИ)

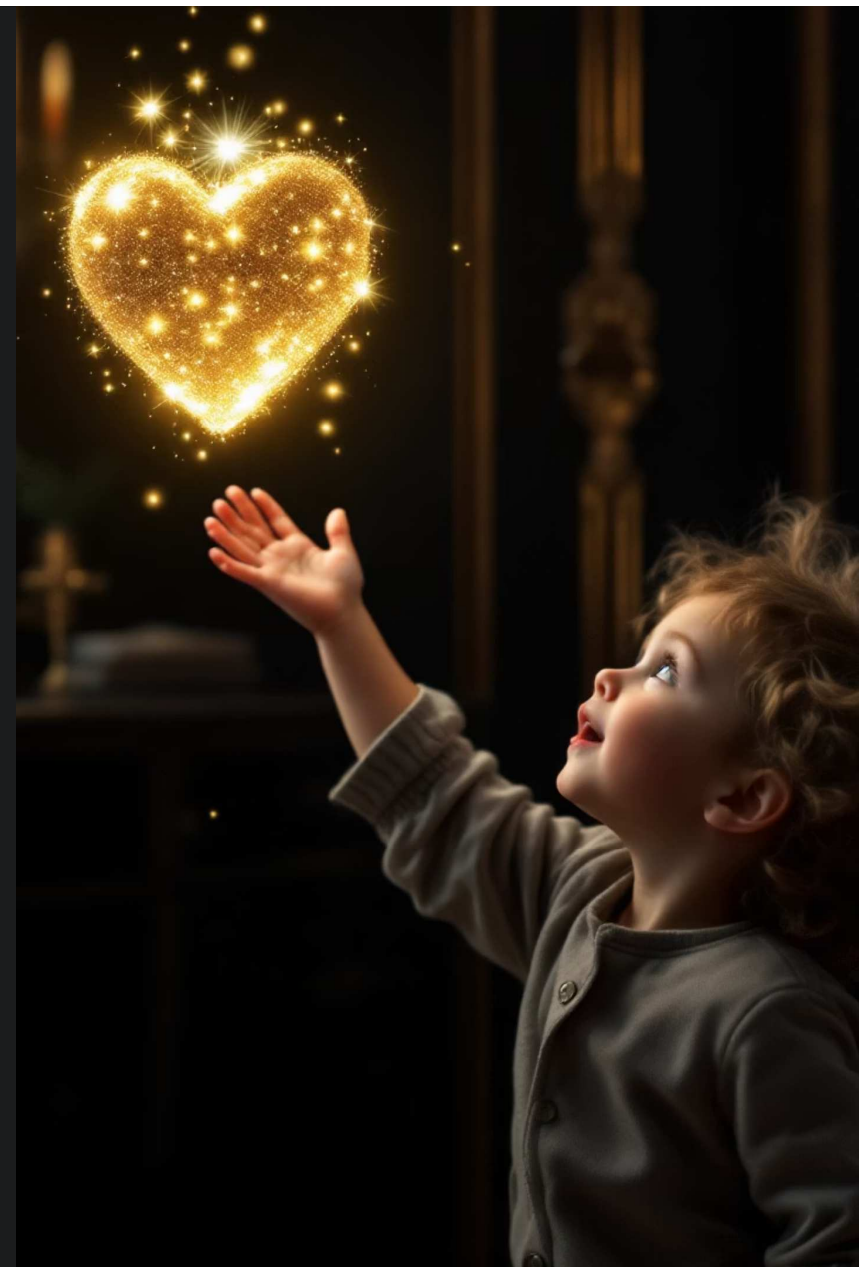
любовь, принятие, внимание

ТИПЫ : 5,6,7 (МЫСЛИ)

безопасность, направление жизни

МОТИВАЦИЯ:

недополученная в полной мере в детстве потребность рождает ее дефицит, что в последствии становится главным лейтмотивом, проходящим через всю жизнь





КОГНИТИВНАЯ ФИКСАЦИЯ:

мотивация порождает когнитивную фиксацию, при помощи которой тип пытается получить вожденный дефицит. Это определяет его мысли, чувства и поведение в последовательности

«ТРИ ЦЕНТРА ЭННЕАГРАММЫ»

СЕРДЕЧНЫЙ
(ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ)

ТИПЫ 2-3-4



МЫСЛИТЕЛЬНЫЙ
(ЦЕНТР ГОЛОВЫ)

ТИПЫ 5-6-7

ТЕЛЕСНЫЙ
(ИНСТИНКТИВНЫЙ)

ТИПЫ 8-9-1

Телесный центр (тип 8,9,1)

Эти типы обычно действуют инстинктивно и импульсивно.

Рептильный мозг - самый быстрый из всех, поэтому эти типы очень часто **сначала действуют, потом думают.**



Глубинная эмоция этого центра является ГНЕВ.

У этих типов наблюдаются проблемы с агрессией и подавлением.

Основной потребностью этой триады является потребность в

УВАЖЕНИИ, АВТОНОМИИ И ВЛАСТИ

Все типы телесного центра используют свою инстинктивную энергию, чтобы создавать границы и поддерживать автономию. Они хотят контролировать свой мир, но так, чтобы мир не контролировал их.

Ментальный центр (5,6,7)

Корковый мозг является самым медленным из трех

и характеризуется способностью воспринимать большое количество взаимосвязей между воспоминаниями прошлого, наблюдениями настоящего и предвкушением будущего.



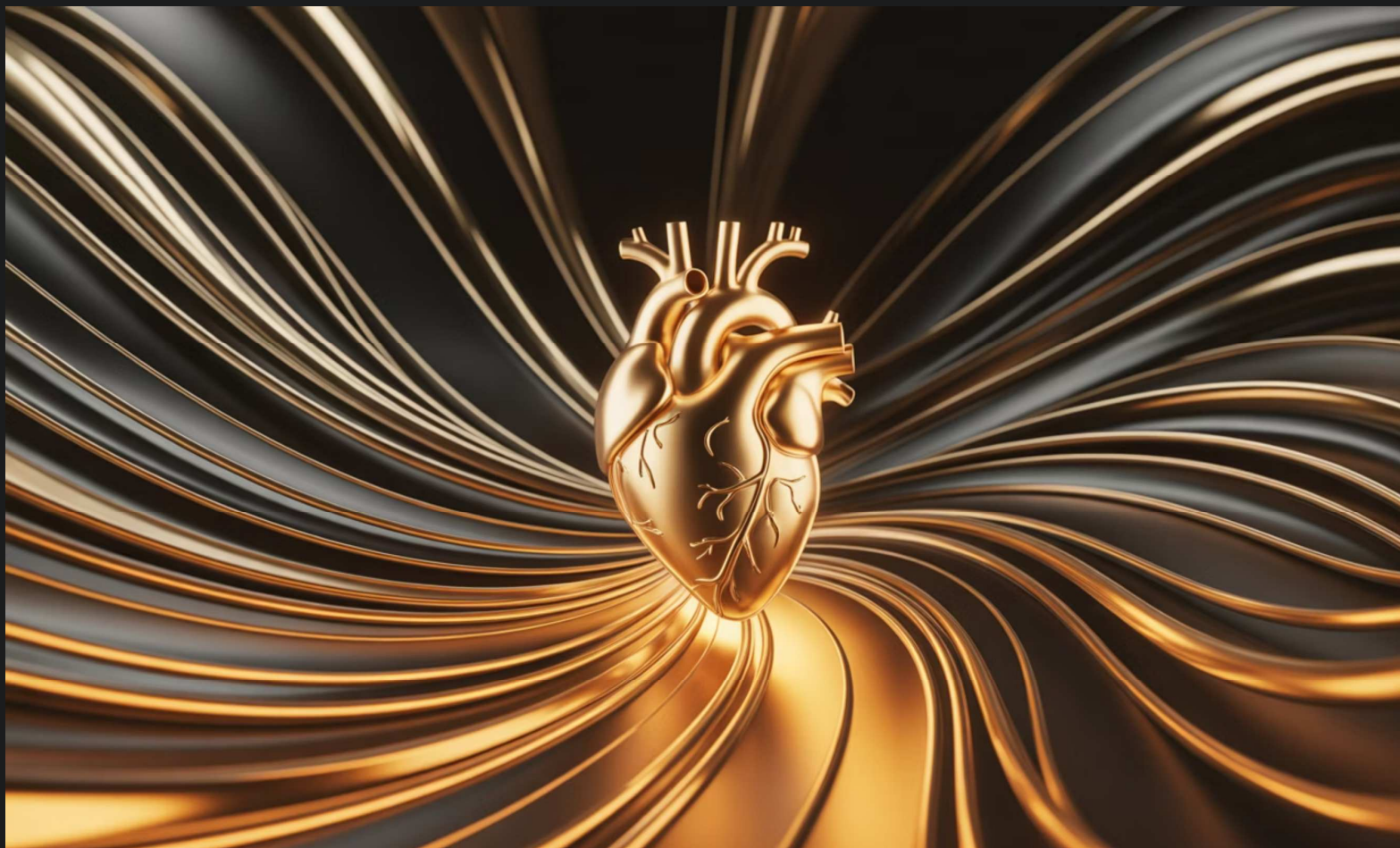
Поэтому представители этой триады являются **тревожными людьми**, постоянно сканируют прошлое, настоящее и будущее в поиске идей, информации и планов. Они думают перед тем, как начать действовать или чувствовать.

Глубинная эмоция - СТРАХ.

Основная потребность - потребность в **БЕЗОПАСНОСТИ**.

Эти типы ведут себя, как им кажется, наиболее осторожно и безопасно.

Эмоциональный центр (тип 2,3,4)



Лимбический мозг как раз и позволяет нам чувствовать страх, радость, гнев, грусть и иные эмоции.

Поэтому эти типы **спонтанным образом чувствуют эмоции других людей** и тех, кто относится к их близкому кругу, а также адаптируются к ситуации достаточно быстро



Глубинная эмоция - **СТЫД**.

Фокус на том, как их воспринимают другие люди.

Основная потребность - потребность в **ЛЮБВИ, ПРИНЯТИИ, ВНИМАНИИ**

Эннеаграмма - система из девяти типов, каждый из которых имеет свою уникальную мотивацию, фиксацию и сильную сторону.





8 тип: Босс

МОТИВАЦИЯ: Вождение

сильное желание захватить и обладать. То, к чему 8 стремится может варьироваться: сила - контроль - власть - еда - другие ресурсы

ФИКСАЦИЯ: Справедливость

Фокус на несправедливости дает мощный толчок к борьбе, наполняет Восьмерок силой. Необходимо постоянно сражаться за то, что хочешь получить или отстоять

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Невинность

ощущение, что все находится в равновесии и никто ни в чем не виноват

ДЕТСТВО Тип 8

Активные, громкие, энергичные. Пришлось рано повзрослеть, нужно начать заботиться о семье и быть сильным. Энергичные, активные часто наказывают, равно озлобленность. Обиды на родителей должны были любить и защищать, но наказывают.

Итог – **мстительная и обвиняющая натура.** Чтобы доказать, что я могу, я материально самостоятельный.

Мотив предательство – умерла невинность и доброта. Чаще сталкиваются с насилием в семье.

"Козел отпущения или защитник"

"Нельзя быть ранимым и слабым"



9 тип: Миротворец

МОТИВАЦИЯ: Лень

потеря контакта со
своими
потребностями и
истинными
чувствами, а также
привязанность к
зоне комфорта -
желание сохранять
привычный ход
вещей, внутренняя
потребность
бездействовать

ФИКСАЦИЯ: Бездействие

желание быть
спокойным и
отрешенным, чтобы
избегать
конфликтов.
Попытка создавать
и поддерживать
умиротворение
всеми возможными
способами

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Энергия

появляется в
спонтанных
инстинктивных
действиях, но
подавляемая
мыслями или
эмоциями,
Способность
активно проявлять
себя и заботится о
том, что важно

ДЕТСТВО Тип 9

Добрые, тихие, спокойные. Мечта о дружной, счастливой семье. Такой внутренний санаторий. Идеализированное детство. Вытеснение негативных эпизодов. Смирненное самоотречение.

Ребенок на самообеспечение. **Удобный ребенок.** Много домашней работы. Нельзя привлекать внимание, либо это бесполезно, либо накажут. Родители используют как переговорщика.

Построение благополучной альтернативной семьи в фантазиях. Вспоминают эпизоды с агрессией, которая сильно напугала. Запрет на злость. Отключиться, чтобы не контактировать с болью.

❏ Потерянный ребенок или миротворец. Нельзя заявлять о себе и своих потребностях.





1 тип: Перфекционист

МОТИВАЦИЯ: Гнев

переживается как возмущение, в основе которого лежит неудовлетворенность. Может варьироваться от легкого раздражения до истерического гнева и чистой ненависти

ФИКСАЦИЯ: Осуждение

при котором неудовлетворенность выражается через внутреннюю критику или в виде критических комментариев в адрес других людей. Кроме того, есть тенденция осуждать предстоящие события и возможную реакцию на них

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Спокойствие

это способность быть счастливым и принимать то, что есть. Состояние удовлетворенности и умиротворенности независимо от происходящего

ДЕТСТВО Тип I

Строгие, раздражительные

"Анальный характер". Рано возложили на себя ответственность. Старались быть хорошими, просто быть ребенком недостаточно.

Посмотрите, какой я хороший

Вы обязаны уважать меня и признавать. Стану отцом сам себе, разработаю свой свод правил.

Вина перед отцовской фигурой

Из-за стремления превзойти отца и/или разочарования в нем. Правила либо были слишком жесткими, либо непоследовательными, либо их не было вообще.

"Голос разума"

"Нельзя совершать ошибки"



2 тип: Помощник

МОТИВАЦИЯ: Гордыня

переживается как чувство нужности и незаменимости, гордость за то, какую важную роль вы играете в жизни других людей, как много вы для них делаете

ФИКСАЦИЯ: Благодарность

важно получать признательность и благодарность за свою помощь. Благодарность = подтверждение их ценности

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Скромность

осознание того, что это не только моя заслуга, а я лишь часть чего-то большего



Тип 2

ДЕТСТВО Тип 2

Красивые, игривые, нежные. Заслуживают любви. Места занимают в сердцах других - место в сердцах других необходимо заслужить. Чтобы что-то получить, надо что-то отдать. Помощь или нежность.

Заботиться о себе эгоистично. Подавляют свои чувства и потребности, чтобы удовлетворить потребности других людей. Маленькие помощники - другие члены семьи нуждались в их помощи.

Ребенок герой. Раннее взросление. Эдип - папина принцесса/ Мамина радость. Функциональная жена или муж. Желание быть самым любимым растопить холодность нежностью. Порицание капризам - доказательство любви.

"Нельзя иметь собственные потребности"



3 тип: Достигатель

МОТИВАЦИЯ: Обман - самообман

когда вы начинаете играть ту или иную роль, чтобы получить что-то значимое. Для этого вы "выключаете" свои эмоции концентрируетесь на цели и результате

ФИКСАЦИЯ: Тщеславие

переживается как важность статуса, имиджа и моды. Важно хорошо выглядеть и производить хорошее впечатление как внешность, так и своей компетентностью

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Честность

возможность быть собой: осознавать свои истинные чувства, желания и потребности. Быть честным с собой и основывать, совершать поступки, исходя из истинных эмоций

Тип 3

ДЕТСТВО Тип 3

Красивые, быстрые, умные. Чувствовали себя не увиденными. Я сам по себе и не ценен, меня замечают и хвалят только за достижение.

Это такой **"ребенок на табуретке"**. Ты одаренный, ты не имеешь право на провал или посредственный результат.

Старательность, как нарциссическое расширение родителей, чтобы скрыть и компенсировать позор семьи. Я могу рассчитывать только на себя. Не может позволить себе иметь проблемы.

Все притворяются - говорить правду небезопасно. Герой семьи.

"Нельзя быть собой и иметь собственные чувства"



4 тип: Индивидуалист

МОТИВАЦИЯ: Зависть

переживается как внутренняя пустота - потеря - мне не хватает чего-то важного для счастья

ФИКСАЦИЯ: Тоска

богатые внутренние фантазии и мир грёз, по сравнению с которыми реальность кажется скучной, в ней чего-то не хватает. Улетает в идеализированные мечты или воспоминания о прошлом

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Уравновешенность

эмоциональная стабильность, способность ценить то, что есть у них, не сравнивая с тем, что есть у других. Каждый человек равноценен и уникален



Тип 4

ДЕТСТВО Тип 4

Чувствительные, экспрессивные, меланхоличные. Недостаток отзеркаливания. Я не сын, я не дочь своих родителей. Если я не как мама и папа, то кто я?

- **Разочарование в родителях**

Неадекватность, белая ворона, компенсаторная уникальность, индивидуалист

- **Страх отвержения**

Поиск спасителя= завышенное ожидание, разочарование

- **Негативное восприятие себя**

Плюс потребность в любви. **Страдания делают меня глубоким и дают право на любовь.** Стыд, зависть.

"Нельзя быть слишком эффективным и счастливым."

5 тип: Наблюдатель



МОТИВАЦИЯ: Жадность

ощущается как недостаток или ограниченность важных жизненных ресурсов: энергии, знаний, пространства, любви...



ФИКСАЦИЯ: Отстраненность/замкнутость

реакция на ограниченность ресурсов, которая заставляет дорожить тем, что у них есть, а также избегать ситуаций, когда окружающие от них чего-то ждут. Ведь это значит, что им придется потерять часть своих накопленных ресурсов



СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Великодушие

переживается как сильная эмоциональная любовь к людям и миру, благодаря которой жертвует временем и ресурсами, чтобы создать в мире что-то хорошее



Тип 5

ДЕТСТВО Тип 5

Повышенная чувствительность к вторжению. Умные, но плохой контакт с телом. Много читают, замкнутые дети, не любят спорт и социальную активность. Не чувствовали себя в безопасности в семье. Вторгающиеся родители.

Двойное отстранение, переключая внимание с личных переживаний на что-то объектное.

Безопасность равно не вторжение.

Я не буду от вас ничего хотеть и вы от меня ничего не хотите.

Глубокая эмоциональная связь с матерью не сформировалась, плюс отсутствие альтернативных отношений. Нуждаться в близости и заботе причиняет страдания равно отказ желать.

Отказ от поиска любви. Любовь равно манипуляция. Могут не заниматься тем, о чем мечтают.



6 тип: Лоялист/Скептик



МОТИВАЦИЯ: Страх

не ощущается напрямую, но проявляется как состояние постоянного беспокойства и дурного предчувствия.
Ощущение опасности



ФИКСАЦИЯ: Сомнение

управляет сознанием, постоянно анализирует, находит противоречия в своих и чужих мнениях, намерениях и некомпетентности



СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Смелость

огромная внутренняя сила действовать, несмотря на всю внутреннюю неуверенность - храбрость поверить, что всё будет хорошо, смелость доверять себе!



Тип 6

ДЕТСТВО Тип 6

Робкие и бойкие. Трудности сепарации, сепарационная тревога. Невозможно было опереться на отцовскую фигуру, не сформировалась способность опираться на себя.

Амбивалентные чувства к материнской фигуре, потребность в близости и опеке, страх зависимости вызывают настороженность. **Сложности с доверием.** Страх остаться без поддержки, не справиться одному.

Чему верить? Могу ли я верить своему восприятию? Ипохондричный родитель и часто на самом деле больной - будь осторожен, а то упадешь. Страх наказания.

☐ "Нельзя доверять себе."



7 тип: Эпикурец

МОТИВАЦИЯ: Обжорство

ощущение, что в мире
бесконечное
количество
возможностей и
потребность их все
использовать.
Неутолимый голод
направлен на что-то в
будущем, что сможет
вас удовлетворить

ФИКСАЦИЯ: Планирование

это способ избежать
беспокойства,
отвлекая своё
сознание. Постоянная
мыслительная
активность, много дел
одновременно
занимают сознание.

СИЛЬНАЯ СТОРОНА: Здравый смысл

способность
пребывать в
настоящем без
ожиданий,
беспокоящих эмоций и
мыслей

Тип 7

ДЕТСТВО Тип 7

Умные, с хорошо
подвешенным языком,
шустрые

Воспоминания о детстве
идеализированы. Счастливый период и
изгнание из рая - любовь и забота
резко прервались.

Изгнание из рая

Например, преждевременное
отлучение от груди, боль потери, отказ
от привязанности, предоставленный
самому себе, развлекают себя.

Переходные объекты, заменители
любви.

Хитрость и очарование

Авторитарный родитель, которому
было сложно противостоять -
следствие хитрость и очарование.
Любовь равно потакание слабостям, то,
что освобождает от дисциплины. Боль
понарошку.

"Нельзя ни от кого ни в чем зависеть."

Курс «Профайлинг»
Для слушателей МК стоимость обучения
45 т.р. (до 25 января)%

