

Het Enneatype Twee

Type Twee – de Gever/Manipulator/Verzorger/Behager/Altruïst/Geliefde

Het Enneatype Twee zal zich sterk herkennen in deze situatie:

De Twee is erg gevoelig voor de gevoelens van anderen. Hij ziet wat anderen nodig hebben, ook als hij ze niet eens kent. Soms is het frustrerend voor de Twee om zich zo bewust te zijn van de behoeften van anderen, vooral van hun pijn en verdriet, want hij kan niet zoveel voor hen doen als hij zou willen. De Twee kan zichzelf gemakkelijk geven. Soms zou hij willen dat hij beter 'nee' kon zeggen, want uiteindelijk steekt hij meer energie in de zorg voor anderen dan in de zorg voor zichzelf. De Twee voelt zich gekwetst als mensen denken dat hij probeert hen te manipuleren of te controleren terwijl hij alleen probeert hen te begrijpen en te helpen. Hij wil graag dat mensen hem zien als een hartelijk en goed iemand, maar als er geen rekening met hem wordt gehouden en hij krijgt geen waardering dan kan hij heel emotioneel en zelfs veeleisend worden. Goede relaties zijn heel belangrijk voor hem en hij is bereid er hard voor te werken, zodat deze relaties slagen.

Verdere persoonlijkheidskenmerken van de Twee:

De Twee is gastvrij en geniet ervan nieuwe vrienden te maken en heeft een sterke behoefte om zijn genegenheid aan mensen te tonen. Hij is meer gericht op relaties dan op het bereiken van een doel en heeft daardoor vaak problemen met anderen doordat hij ze afhankelijk van zich wil maken. De Twee houdt van gezelschap van anderen en is ondersteunend en opofferend. Hij is zachtaardig en sentimenteel en houdt ervan om mensen te troosten en te kalmeren. Hij wordt gewaardeerd om zijn stille kracht en ruimhartigheid. Mensen zijn in hem geïnteresseerd omdat hij hartelijk, charmant en in hen geïnteresseerd is.

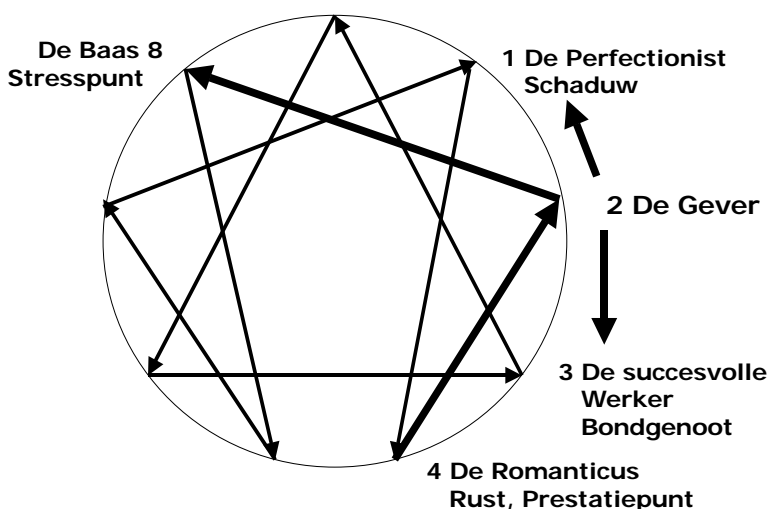
Hij geeft vaak blijk van zijn emoties en zijn ondersteuning van anderen is welgemeend en hij handelt naar zijn gevoel en neemt het leven zoals het komt.

De Twee kan boos worden als anderen niet genoeg waardering tonen voor wat hij voor hen doet want hij geeft veel mensen aandacht en verzorging. Hij is vaak bezitterig naar degenen die hem dierbaar zijn en hij vindt het moeilijk om ze met rust te laten.

Hij heeft een warm hart en is zeer toegewijd en is zo betrokken bij anderen dat hij zijn eigen bezigheden soms verwaarloost. Hij heeft vaak het gevoel dat zijn opofferingen voor lief worden genomen en heeft de neiging te persoonlijk en te intiem te worden.

De Twee maakt zich dikwijls zorgen dat hij niet betrokken wordt bij activiteiten van anderen en hij probeert er vaak achter te komen hoe hij vertrouwelijk met anderen kan worden. Zijn benadering is om in te springen en mensen te helpen en hij is trots op hoe belangrijk hij is in het leven van anderen. Hij vindt het belangrijk anderen van dienst te zijn en zich voor hen in te zetten en zijn gezondheid en welzijn lijdt soms onder zijn verlangen om anderen te helpen.

De Twee is nogal eens bedillerig en manipulatief en vindt lichamelijk contact belangrijk, zo kan hij anderen duidelijk maken hoe hij over hen denkt en hen gerust stellen. Hij heeft vaak problemen met mensen omdat hij opdringerig en bemoeizuchtig is en doet zijn uiterste best om niet als egoïstisch te worden gezien.



Het Enneatype Twee

De Basis

In de periode vanaf de helft van de zwangerschap tot een jaar na de geboorte worden de wezenlijke basisconclusies bepaald die het kind vormen tot een bepaald Enneatype. In deze periode ontwikkelt het kind zijn fysieke identiteit en voert strijd tussen 'Vertrouwen in' en 'Wantrouwen van', een bipolaire basisbehoefte oftewel een ontwikkelingspolariteit. Deze ontwikkeling richt zich op de overlevingsdrang van het individu en de motor van deze overlevingsdrang is de ontwikkeling van angst, waarbij het ervaren van angst leidt tot een bepaalde actie tot zelfbehoud. (de levensconclusie) Als deze actie werkt wordt dit DE oplossing voor het kind en deze oplossing is bepalend voor de ontwikkeling naar de structuur van een bepaald Enneatype.

De levenservaring die de weg aangeeft voor de Twee:

Het kleine kind kwam in nood toen de aandacht van het kind zich ging richten op vleierij, waarmee het de wil van anderen kon vervullen waardoor de overtuiging van een hogere wil werd ondermijnd.

Verloren levensessentie van de Twee:

Het ervaren van de essentiële waarheid dat alle behoeften bevredigd worden door een universele wil, een wil die groter is dan van het individu.

Compenserend geloof/levensvisie van de Twee:

Om te krijgen moet je geven. Om geliefd te zijn moet je onmisbaar zijn. Mensen zijn afhankelijk van mijn hulp. Ik ben onmisbaar.

Levensconclusie voor zelfbehoud, Copingstrategie van de Twee:

Zorg dat je eigen behoeften ingevuld worden door nodig te zijn voor anderen en actief te zorgen voor anderen. Focus jezelf op de behoeften van anderen en onderdruk je eigen behoeften.

Basisangst voor de Twee:

De angst het niet waard te zijn geliefd te zijn, om bemind te worden.

Onbewust ontvangen kindertijdboodschappen door de Twee:

Het is niet goed om je eigen behoeften te hebben.

Uitgebleven kindertijdboodschap voor de Twee:

Je bent gewenst.

Basisverlangen en haar vervorming voor de Twee:

Het verlangen om bemint te worden. Dit onttaardt in de behoefte nodig te zijn.

Kernidentificatie van de Twee:

Identificeert zich sterk met gevoelens van en over anderen, en over gevoelens van andermans responses op zichzelf. Verzet zich tegen het (h)erkennen van de eigen gevoelens over zichzelf en zijn behoeften.

Zelfbeeld van de Twee:

Liefdevol, zorgzaam, onbaatzuchtig, attent, hartelijk, begaan, aardig en medelevend.

Mentale gedrevenheid van de Twee:

Vleierij

Het Enneatype Twee

Valkuilen voor de Twee:

Het verwerven van persoonlijke vervulling door tegemoet te komen aan andermans behoeften. Uit angst zelf ongewenst en onbemind te zijn, geven Tweeën anderen het gevoel dat ze hun liefde, generositeit of aandacht niet waard zijn.

Motiverende energie van de Twee, de emotionele passie:

Trots op het 'nodig' zijn, op het 'onmisbaar' zijn. Het weten dat jij beter weet wat de behoeften zijn van anderen dan dat zij het zelf weten. Trots behelst ook een onvermogen, of weigering, om het eigen lijden toe te geven. Tweeën ontkennen veel van hun eigen behoeften terwijl ze anderen proberen te 'helpen'. Deze passie zou ook verwaandheid genoemd kunnen worden, het trots zijn op de eigen deugden.

Vermijdingen van de Twee, gevoed door angst:

Anderen teleurstellen, nutteloos worden, negatief beoordeeld worden door belangrijke anderen en afgewezen worden.

Kracht van de Twee:

Grootmoedig, vrijgevig, fijngevoelig (overgevoelig), hulpvaardig, energiek en voortvarend.

Paradox voor de Twee:

Meer geven aan anderen brengt geen vrijheid en levensvervulling voor jezelf, en door het niet (h)erkennen van je eigen behoeften schermt het je af van het verkrijgen van je eigen vrijheid en levensvervulling die je zo verlangt.

Gerichtheid van de aandacht, de behoeften van de Twee:

In een-op-een relaties: verleiding/agressie
In sociale situaties: ambitie
Voor zelfbehoud: ik eerst (privilege)

Mechanismen die werken in de Twee:

Kernovertuiging:	ik wordt niet bemind om wat ik ben
Verdediging:	onderdrukking/verdringing eigen behoeften
Intuïtie afgestemd op:	goedkeuring voor zichzelf
Wat de Twee niet wil, vermijdingen:	inadequaat te zijn
Emotionele Gerichtheid:	trots
Fixaties:	vleierij
Werkmotivatie:	onderzoeken

Hoofdthema's van de Twee:

Benadrukt zijn positieve zelfbeeld: ik ben liefdevol en geef om anderen. Focust zich op zijn goede intenties.

Vermijdt in te zien de eigen behoefte, teleurstelling en boosheid.

Heeft problemen met de eigen behoeften door te grote nadruk te leggen op andermans behoeften en veronachtzaamt de eigen behoeften.

Hoe de Twee anderen manipuleert?

Door andermans behoeften en verlangens te weten te komen en daardoor afhankelijkheden te scheppen.

Het Enneatype Twee

Kernkwaliteiten, valkuilen en allergieën

Elk type heeft zijn eigen kernkwaliteiten. Wordt deze kernkwaliteit te sterk toegepast dan wordt het een valkuil en ervaren anderen dit als afwijkend gedrag. En elk type is allergisch voor bepaalde soorten gedrag van anderen en reageert daarop vanuit zijn valkuil.

Voor de Twee geldt:

<i>Kernkwaliteiten</i>	<i>Valkuil</i>	<i>Allergie</i>	<i>Uitdaging</i>
Tact	Indirectheid	Botheid	Directheid
Behulpzaamheid	Zelfopoffering	Egocentrisme	Grenzen stellen
Enthousiasme	Hysterie	Afstandelijkheid	Nuchterheid
Relatiegevoelig	Omzichtigheid	Kilheid	Helderheid

Ontplooiing voor de Twee:

- eigen wil (vrijheid) en nederigheid
- let op persoonlijke behoeften en verlangens
- leer te ontvangen
- werk aan je eigen ik, doe het voor jezelf
- ontwikkel onafhankelijkheid en zelfstandigheid

en vergeet nooit dat het je ware aard is om goed voor jezelf te zijn en goede wil en compassie jegens anderen te tonen.

Je kracht ligt in jezelf en anderen te koesteren.

Ultieme uitdaging om te groeien voor de Twee:

Jezelf realiseren dat liefde en bemind worden niet afhankelijk is van 'nodig zijn', ontwikkel het gevoel voor deemoedigheid (nederigheid) om niet te weten 'hoe' en 'wat' te geven en zorg goed voor jezelf. Kwaliteiten van de essentie zijn daarbij het streven naar het hogere idee: de eigen wil (vrijheid) en de hogere deugd: nederigheid.

Spirituele weg

Volgens de spirituele zienswijze werd de overtuiging van een hogere wil ondermijnd toen de aandacht van het kind zich ging richten op vleierij, waarmee het de wil van anderen kon vervullen. Trots is een opgeblazen gevoel van eigenwaarde dat in stand gehouden wordt door, via manipulatie, de goedkeuring van anderen te verwerven, maar het is ook het startpunt van waaruit nederigheid zich kan ontwikkelen. Als trots zich omzet in nederigheid weten Tweeën wat ze werkelijk waard zijn voor anderen, en als ze zich richten op hun echte behoeften kan hun geven ten dienste staan van een hogere wil.

Het gevolg

Kinderen die zich ontwikkelen volgens de Twee structuur zijn dikwijls of:

Kinderen die zich zeer sterk geïdentificeerd hebben met de vader. Op jonge leeftijd is het kindje het hulpje van de vader. (In onze cultuur zijn er meer vrouwen dan mannen een Twee) Het kind probeert op alle mogelijke manieren contact te leggen met de vader en omdat de vader vaak afwezig is of onbereikbaar, lukt dit niet. Het kind heeft daarom ook een ambivalente houding ten opzichte van de vader. Aan de ene kant is het het hulpje van de vader, aan de andere kant is de vader juist zo vaak afwezig of onbereikbaar. Dit kan zelfs zo onttaarden dat de Twee alles doet wat onze lieve heer verboden heeft om de aandacht van de vader te krijgen.

of:

Competitie met de moeder om de aandacht van de vader.

Het Enneatype Twee

Het dilemma

Als we oog hebben voor de capaciteiten van anderen, verplaatsen we ons in de levensvisie van de Twee. Hun behoeften roepen de ondersteunende kwaliteiten in ons op en we voelen ons dankbaar dat onze inspanningen zinvol waren. De tijd en energie die we gaven is onzelfzuchtig als we, door aan anderen te geven, hun successen als onze eigen successen ervaren.

Het raam van de Twee kijkt uit op het leven van anderen. Wat willen anderen, wat is er potentieel in hen aanwezig, wat hebben anderen nodig aan warmte? Tweeën groeiden op in een omgeving waar overleven afhankelijk was van het behagen van anderen. Ze kregen liefde door er voor anderen te zijn. De gerichtheid van Tweeën op anderen komt heel natuurlijk over. Ze passen zich aan om anderen te behagen. Ze zijn sterk ondersteunend, en zijn er trots op dat ze anderen van dienst kunnen zijn. Om verzekerd te zijn van goedkeuring maken ze zich onmisbaar. Anderen maken hun behoeften duidelijk kenbaar en Tweeën reageren hierop door zich aan te passen. Deze manoeuvre om een positie te veroveren vindt bij Tweeën vaak onbewust plaats. Als ze zich eenmaal onmisbaar hebben gemaakt, kunnen ze zelf bepalen wat ze anderen wel of niet willen geven.

Trots is die opgetogenheid die we ervaren als we door iemand die belangrijk voor ons is, worden bewonderd. Tweeën raken verslaafd aan dit soort aandacht. Ze passen zich aan anderen aan om dit in stand te houden. Als het anderen willen behagen een automatisme wordt, stopt hun zelfobservatie. Ze zijn zich er niet meer van bewust dat ze hun eigen behoeften onderdrukken en hun zelfpresentatie aanpassen. Ze beseffen alleen dat afwijzing voor hen vernietigend voelt en dat ze wanhopig behoefte hebben aan geruststelling. Afwijzing is zo pijnlijk dat ze alles zullen doen om altijd aardig gevonden te worden. Ze kijken hoe ze zich kunnen aanpassen. Ze plaatsen zichzelf tussen mensen die ze belangrijk vinden. Ze vinden het prettig met belangrijke mensen om te gaan. Ze raken verwickeld in de bezigheden van deze mensen. Ze blijven op de hoogte van actuele onderwerpen door om te gaan met mensen die belangrijke posities innemen. Ze worden een nuttige informatiebron voor anderen en kunnen een levendige discussie in gang zetten. Tweeën kunnen in zeer korte tijd zo betrokken raken bij anderen dat ze onmisbaar worden. Ze verruilen hun eigen wil voor de wil van de ander.

Tweeën groeien als ze ontdekken wat ze zelf willen. Ze groeien door alleen te zijn. Als ze weten wat ze werkelijk waard zijn en inzien hoe hun dienstbaarheid hun gevoel van eigenwaarde opblaast, zijn ze vrij om te kiezen hoe ze willen reageren. Tweeën worden gesteund door dierbaren die zich niet laten verleiden door het feit dat ze zich aanpassen, die van hen houden onafhankelijk van wat ze geven, en die hen bijstaan tijdens de crisis die ze doormaken als ze besluiten zich van anderen los te maken.

DE SUBTYPEN

In een-op-een relaties wordt trots geuit door verleiding/agressie

Gevers zijn bereid zich aan te passen, de interesses van hun partner over te nemen en zijn of haar smaak te delen, en dat maakt hen op een verleidelijke manier aantrekkelijk. Tweeën hebben talent om anderen een goed gevoel over zichzelf te geven en zijn in staat het 'moeilijke' mensen naar de zin te maken. In feite ervaren ze een zekere trots door de favoriet te zijn, de vertrouwenspersoon, iemand die wel raad weet met moeilijke situaties. Hun opdringerige, agressieve houding komt voort uit hun verlangen hindernissen, die hun relatie in de weg staan, het hoofd te bieden. In de rol van doorzetter en degene die actief de schouders onder moeilijkheden zet, leiden Tweeën de aandacht af van zichzelf en geven ze al hun aandacht aan hun partner. Anderen vanuit een helpende rol benaderen is een tactiek van Tweeën die de angst om niet gezien te worden wegneemt. Verleiding en agressie zijn niet aan sekse gebonden strategieën; er zijn zowel verleidende mannen als agressieve vrouwen van dit subtype in een-op-een relaties.

Het Enneatype Twee

In sociale situaties wordt trots geuit door sociale ambitie

Tweeën behouden hun trots door ambitieuze sociale posities in te nemen; wie kennen ze, en bij welke gelegenheden waren ze aanwezig? Wie waren er op hun feest, en was men ervan onder de indruk? Hun publieke imago is erg belangrijk, een goede reputatie en een titel. Tweeën weten mensen met status voor hun vriendenkring te winnen en bij sociale gelegenheden treden ze op als gastheer of –vrouw.

Tweeën oefenen hun invloed indirect uit door ontmoetingen te arrangeren, projecten te stimuleren en mensen met elkaar in contact te brengen die elkaar iets te bieden hebben. Tweeën van het sociale subtype willen iemand die succesvol is graag steunen. Ze zien de kwaliteiten van anderen en voelen zich aangetrokken tot mensen die 'het gaan maken'. Ze dienen (meestal onbewust) hun eigen ambitie door hun beroepsmatige interesses aan te passen aan die van een begeleider, een werkgever of een bekend iemand op hun vakgebied. "We zorgen voor elkaar. Ik geef een schouderklopje aan jou, jij geeft een schouderklopje aan mij." Lidmaatschap van een vriendenkring komt tegemoet aan hun ambitie en Tweeën worden onzeker als ze buitengesloten worden. Ze ontwikkelen een gevoeligheid voor veranderingen in loyaliteit en sociale waardering. Ze beschermen hun mensen door de machtsstructuur te beïnvloeden. Ze willen hen waarschuwen voor gevaar en hen wijzen op nieuwe mogelijkheden. Tweeën zijn aanhangers van een geliefde goeroe, de spil van het gezin en toegewijde supporters.

Als het gaat om zelfbehoud wordt trots omgezet in het anticiperen op 'Ik eerst' (privilege)

Tweeën zijn trots op hun eigen onafhankelijkheid en geloven dat anderen van hun hulp afhankelijk zijn. Ze beseffen niet dat de behoefte om anderen te helpen uit zichzelf komt. Altruïstisch geven verbloemt hun behoefte aan goedkeuring en bescherming, maar hun privilege wordt onthuld als ze na het helpen van anderen om succesvol te worden kwaad worden omdat ze hier niet voor beloond worden. Voor Tweeën is het natuurlijker hun macht indirect en via anderen uit te oefenen dan dat ze zelf zeggen wat ze willen en openlijk hun belangen nastreven. Deze indirecte benadering neemt de druk weg die openlijke concurrentie en het risico van sociale vernedering met zich meebrengen.

Als de ander wint, winnen Tweeën ook, en als de ander een succes viert, is het vanzelfsprekend dat ze kunnen rekenen op een voorkeursbehandeling: een ereplaats bij een opening, speciale aandacht op het overwinningfeest. Mensen met privileges overleven goed en worden naar hun geschikte plaats vooraan begeleid.

De kind-ziel van de Twee

Achter de liefdevolle, gevende en behulpzame uiterlijke façade van een Twee bevindt zich een wedijverende, jaloerse en hatelijke kleine Vier-kind-ziel. Tweeën proberen zichzelf te presenteren als lief en vriendelijk, zelfopofferend en onderdanig, wat allemaal kan worden beschouwd als een uitgesproken reactie op de meer duistere neigingen van hun kind-ziel. Er zit vanbinnen een kleine jongen die 'Ik haat je' wil schreeuwen tegen het andere jongetje dat de aandacht kreeg van de leraar of mammië, die aan zijn haar wil trekken en hem vertellen hoe afschuwelijk hij is en hoe stom hij ook nog is. Hij let heel goed op wie hoeveel koekjes krijgt, probeert het meeste en het beste te pakken te krijgen en reageert met afgunst en is ervan overtuigd dat de andere kinderen hebben wat hij mist en dat zij beter, leuker, en meer om van te houden zijn dan hij. Hij kan kwaadspreken en krengerig zijn, wraakzuchtig en snel op zijn teentjes getrapt.

Voor een Twee is het in het begin vaak moeilijk om de negativiteit en de kleinheid van zijn kind-ziel te erkennen en te verduren. Ze vormen een bedreiging voor al zijn uiterlijke vertoon van hartelijkheid en ongevaarlijkheid; maar bovenal komt hij erdoor op de eerste plaats te staan. In feite is dit precies wat nodig is voor de ontvouwing van een Twee, contact maken met zichzelf als het middelpunt.

Het Enneatype Twee

Als een Twee in contact komt met zijn kind-ziel en deze niet afwijst, veroordeelt en wegduwt, maar in plaats daarvan zijn hart ervoor opent, zal hij het belangrijkste worden in zijn eigen bewustzijn. Dit is een groot taboe voor een Twee, die heeft geleerd dat egocentrisch zijn hem zou opzadelen met ouderlijke afkeuring. Hij zal ontdekken dat, als hij zich meer op zichzelf richt, luistert naar zijn eigen behoeftes en ze vervult, reageert op zijn eigen impulsen en zijn eigen initiatieven neemt, zijn grenzen erkent en ze stelt naar anderen, hij inderdaad meer het centrum in zichzelf vindt. Dit is niet het negatieve gebeuren waar hij bang voor was en dat inhield dat hij liefde zou kwijtraken en egoïstischer zou worden, maar juist een ingang naar zijn persoonlijke verbinding met de Essentie. Met andere woorden, hoe meer hij voor zichzelf zorgt in plaats van voor anderen, hoe meer hij zich verbindt met de Goddelijke vonk in hem en hij zichzelf verwerkelijkt als 'het Centrum'. In plaats dat anderen het centrum van zijn bestaan zijn waaromheen hij zijn baan beschrijft, ontdekt hij dat hij een is met zijn Essentie, een ster in zijn eigen universum.

Afweermechanismen gebaseerd op verdringing van Schuld/Woede, Schaamte of Angst
Onderdrukking, mechanisme van de TWEE, de Helper

Afweer op het gevoel/impuls van Schaamte

Alle afweermechanismen voelen aanvankelijk goed aan omdat zij in principe worden gebruikt om onaangename ervaringen uit het bewustzijn te houden.

Zo ook de onderdrukking van eigen behoeftes, wat de Helper eigenlijk continu doet. Het volgende verhaal is kenmerkend voor het gevoel dat een Helper zou kunnen herkennen. Stel je voor dat er een ongeluk plaats vindt waarbij je zelf betrokken bent; je bent zwaar gewond aan je linkerarm, maar je vermant je en gaat andere mensen bij datzelfde ongeluk helpen. Hoe voelt dat?

Natuurlijk voelt dat goed. Er kan een bepaalde trots gevoeld worden na afloop van zo'n situatie. Het probleem van de Helper is echter dat hij voortdurend het gevoel heeft geen eigen behoeftes te hebben. Net zomin als agressie kunnen ook eigen behoeftes niet permanent worden onderdrukt. Onbewust zullen de eigen behoeftes zichzelf toch in vervulling brengen. In een persoonlijkheid waar helpen centraal staat worden dan met name personen geholpen, die deze onbewuste behoeftes kunnen vervullen. Voor wat hoort wat; een ander wordt geholpen met de onbewuste bedoeling om uiteindelijk zelf geholpen te worden. Dit fenomeen is voelbaar en wordt de 'verborgen agenda' genoemd van de Helper. Omdat de Helper de eigen behoeftes en wensen voortdurend onderdrukt, komen er uiteindelijk situaties waarbij de Helper niet meer kan helpen. Teveel anderen helpen, nooit nee kunnen zeggen putten de Helper fysiek en psychologisch uit.

Je kracht is tegelijkertijd je grootste valkuil. Gebruik je die teveel en niet afgestemd op de ander dan ervaart de ander die kracht negatief en zal daar met weerstand op reageren.

De sterke kanten van de Twee:

- Gezelligheid.
- Klaarstaan voor anderen.
- Steun en toeverlaat.
- Betrouwbaar.
- De grote verleider.
- Kan zich ondergeschikt maken aan een ander.
- Kan de emoties uiten.
- Is genereus.
- Is vastberaden en liefhebbend.
- Vermijdt afwijzing en wil goedkeuring hebben.
- Zorgt 'nodig' te zijn en neemt een centrale plaats in.
- Kan eigen gevoelens onderdrukken om op anderen goed over te komen.

Het Enneatype Twee

- Vrijheid is een groot goed.
- Past zich aan anderen aan.

Het Enneatype Twee

Reactie op stress:

De Twee gaat naar de Acht!

De behoeftige Twee wordt op de Acht opeens agressief en overheersend.

Wanneer hun angsten en stress te veel worden voor Tweeën zetten ze de stap naar Acht, waarmee ze botter en krachtadiger worden. Tweeën presenteren normaliter een beeld van onzelfzuchtige aardigheid, maar de stap naar de Acht onthult dat ze daaronder opmerkelijk hard zijn, anderen ontdekken dat er onder de fluwelen handschoen een ijzeren vuist verborgen gaat. Hun gebruikelijke indirectheid maakt plaats voor een meer frontale benadering, waarmee de gemiddelde Twee mensen rechtstreeks confronteert met hun gebrek aan verantwoordelijkheid. Dat wil zeggen dat ze er onomwonden hun beklag over doen als er niet aan hun voorwaarden wordt voldaan of als ze, voor hun gevoel, onvoldoende blijk van waardering ontvangen. Ze kunnen verrassend agressief en twistziek zijn en houden hardnekkig vol dat hun in enig opzicht onrecht is aangedaan. Deze soort klachten komen voor de anderen als een volkomen verrassing.

Tegelijkertijd gaan Tweeën zich onder stress, net zoals Achten, meer zorgen maken over hun overlevingsbehoeften en gaan ze harder en langer werken. Maar uiteraard willen ze wel dat hun inspanningen opgemerkt worden en net als een Acht attenderen ze mensen in directe termen op wie de touwtjes in handen hebben. (Ik hoop dat je beseft hoe belangrijk ik ben) Onder zware stress worden Tweeën openlijker dominant en overheersend. Ze uiten bedreigingen en ondermijnen het zelfvertrouwen van de mensen die hen nodig hebben. De stap naar de Acht kan worden opgevat als het uitleven van gevoelens van woede en verraden te zijn die Tweeën, onder normale omstandigheden, niet onder ogen kunnen zien.

De rode vlag; de Twee in de nesten.

De angst vrienden en dierbaren weg te jagen/kwijt te raken

Als Tweeën een ernstige crisis hebben doorgemaakt zonder adequate steun of goede copingsvaardigheden, of als ze in hun jeugd chronisch mishandeld zijn, kunnen ze het 'shock' punt passeren en zich gaan gedragen volgens de ongezonde aspecten van hun type. Mogelijk leidt dit ertoe dat ze tot het beangstigende inzicht komen dat hun pogingen om nabijer tot anderen te zijn feitelijk mensen juist alleen maar weggagen. En hun angst kan voor een deel gegrond zijn.

Deze bewustwording kan een keerpunt betekenen in het leven van de Twee. Op het moment dat hij de waarheid in deze angsten inziet, kan hij de weg naar gezondheid en bevrijding inslaan. Aan de andere kant zou hij zichzelf nog sterker kunnen bedriegen en zich manipulatiever kunnen gedragen en wanhopig kunnen trachten het geloof in stand te houden dat hij volstrekt niets verkeers of zelfzuchtigs heeft gedaan. Hij kan proberen de ander kost wat het kost vast te houden en zich daarvoor rechtvaardigen. (Ik doe dit voor je eigen bestwil. Ik begrijp dat je je vleugels wilt uitslaan en zelf carrière wilt maken, maar wat gebeurt er dan met mij?) Als de Twee in deze houding volhardt, kan hij de val omlaag maken naar ongezonde niveaus. Indien je bemerkt dat jijzelf of iemand die je kent de waarschuwingssignalen, (zie waarschuwingssignalen), gedurende een langere periode achtereen vertoont (langer dan een paar weken) dan is het in therapie gaan of het inroepen van andere hulp ten zeerste aan te bevelen.

Het Enneatype Twee

Waarschuwingssignalen voor de Twee in nood

Potentiële pathologie: histrionische persoonlijkheidsstoornis, hypochondrie, somatisatie, eetstoornissen, ziekelijk en dwangmatig seksueel gedrag, stalking.

- Een extreme tendens tot zelfbedrog
- Zich uitleven vanuit een gevoel er recht op te hebben
- Episoden dat men anderen manipuleert of dwang op hen uitoefent
- Episoden van obsessieve verliefdheid, die niet strookt met de leeftijd of status
- Bewijzen dat onderdrukte agressie op ongepaste wijze is afgereageerd
- Lichamelijke symptomen van emotionele problemen (somatisatie)
- In een aantal gevallen worden Psychosomatische ziekten een uitlaatklep

De Twee in rust en zijn prestatiepunt (de integratierichting):

De Twee gaat naar de Vier.

De trotse, zichzelf misleidende Twee gaat zichzelf meer koesteren en wordt emotioneel bewust.

Tweeën verwerklijken zichzelf en blijven gezond door al hun gevoelens te leren herkennen en te aanvaarden zonder ze te censureren. Omdat Tweeën zich van nature op de gevoelens van anderen instellen, kunnen ze hun empathie ontwikkelen tot een verhoogde sensitiviteit, als een antenne die op de behoeften, pijn en gevoelens van anderen is afgestemd. Het is alsof het eigen 'emotionele' lichaam van de Twee zich uitstrekt tot anderen, waardoor ze in staat zijn om subtiele veranderingen in hun gevoelswereld op te pikken. Wanneer Tweeën de kwaliteiten ontwikkelen van het herkennen en aanvaarden van de eigen gevoelens strekt deze sensitiviteit zich ook uit over hun eigen gevoelens en innerlijke toestanden.

Dat betekent niet dat Tweeën noodzakelijkerwijs 'de daad bij het gevoel' voegen. Ze kunnen, bijvoorbeeld, beseffen dat ze vreselijk boos of gefrustreerd zijn over een dierbare, maar in plaats van uit te barsten tegen de ander of impulsief bij hem of haar weg te gaan, ervaren ze hun woede vanbinnen. Stapje voor stapje raken integrerende Tweeën vertrouwd met het totale spectrum van hun gevoelstoestanden – inbegrepen hun geheime behoeften en duisterste haatgevoelens – en leren zich er op hun gemak bij te voelen. Dat verleent ze het vermogen om te weten wanneer en hoe ze zichzelf moeten koesteren, evenals de zelfkennis om hun behoeften en angsten uit te spreken op het moment dat deze opkomen. Net zoals Tweeën instinctief reageren op leed en behoefte bij anderen, zo reageren gezonde Tweeën ook instinctief op leed en behoefte in zichzelf.

Bij vormen van zelfexpressie – muziek, kunst, dansen – of eenvoudig het bijhouden van een privé-dagboek kunnen Tweeën enorm veel baat hebben voor hun groei. Elke keer echter dat een Twee tot grotere zelfkennis probeert te komen, via kunst of therapie of door gewoon de hulp van anderen te vragen, zal zijn superego hem aanvallen om het feit dat hij 'zelfzuchtig' is. (Waarom besteed je zoveel tijd aan jezelf?) Om deze stem tot zwijgen te brengen, is het daarom belangrijk dat Tweeën leren op zulke momenten te stoppen, hun gedachten te laten verstillen en de strenge stem van hun superego te onderscheiden van echte innerlijke leiding.

Tweeën zullen er weinig mee opschieten bij emotionele wispelturigheid en zelfabsorptie, deze zijn weinig bevorderlijk om tot de echte zelfkennis te komen die ze zo nodig hebben. De tendens van de Vier om zich aan romantisch gefantaseer over te geven en hoge verwachtingen van anderen te koesteren zal bij de Twee de drang tot nabijheid met anderen alleen maar intensifiëren, of zo men wil, verergeren. Als hij daarentegen leert het verbod van zijn superego op 'zelfzuchtigheid' naast zich neer te leggen en zichzelf waarlijk te koesteren, zullen zelfkennis, zelfopenbaring en creativiteit zich op natuurlijke wijze ontplooien.

Het Enneatype Twee

Afhankelijk van de situatie, de daarbij behorende mate van stress en het ontwikkelingsproces wat de Twee heeft doorlopen kan deze zich op verschillende niveaus uiten.

Niveaus van ZIJN voor de Twee

Ongezonder, Niveau 1 Kern = voelt zich een slachtoffer, valt anderen lastig

Het doorbrekende besef dat ze mogelijk 'zelfzuchtig' zijn geweest of zelfs anderen kwaad hebben gedaan, is teveel voor ongezonde Tweeën. Ze storten in, lichamenlijk zowel als emotioneel, en spelen de rol van slachtoffer en martelaar. Anderen zijn dan wel verplicht om te hulp te schieten en voor hen te zorgen.

Ongezonder, Niveau 2 Kern = eisend, dwingend

Tweeën hunkeren inmiddels zo wanhopig naar liefde, dat ze er obsessief de jacht op openen. Ze menen recht te hebben op wat ze verlangen, omdat ze zoveel geleden hebben. Ze kunnen proberen op roekeloze en ongepaste manieren hun behoefte aan affectie te bevredigen.

Ongezonder, Niveau 3 Kern = zelfrechtvaardigend, manipulatief

Tweeën vrezen dat ze mensen van zich wegjagen – wat ook inderdaad zo zou kunnen zijn. Om hun zelfbeeld te redden rationaliseren ze hun gedrag door anderen als 'ondankbaar en egoïstisch' te beschouwen. Ze zijn eropuit medelijken als substituuut voor liefde te ontlokken en houden anderen afhankelijk van zichzelf teneinde te verhinderen dat ze verlaten worden.

Gemiddeld, Niveau 4 Kern = vol eigendunk, aanmatigend

Tweeën zijn er verbolgen over dat anderen hen voor vanzelfsprekend houden, maar zijn niet in staat om hun gekwettheid vrijuit te uiten. In plaats daarvan klagen ze over hun gezondheid, vestigen de aandacht op hun goede daden en herinneren anderen eraan hoeveel zij hun verschuldigd zijn. Onderdrukte gevoelens kunnen lichamenlijke gevolgen hebben.

Gemiddeld, Niveau 5 Kern = bezitterig, opdringerig

Tweeën zijn bezorgd dat personen van wie ze houden meer van iemand anders houden, en dus willen ze nodig zijn. Ze proberen anderen aan zich te verplichten door hun behoeften voor die van zichzelf te laten komen. Hooghartig, maar behoeftig lopen ze de ander na.

Gemiddeld, Niveau 6 Kern = goedbedoelend, behagend

Tweeën worden bang dat hoeveel ze ook doen, het niet genoeg is – anderen wensen hen niet echt in de buurt te hebben. Ze willen op intiemere voet met anderen verkeren en gerustgesteld worden dat anderen hen mogen. Ze proberen vriendschappen te cultiveren en mensen voor zich te winnen door hen te behagen, te vleien en te steunen.

Gezond, Niveau 7 Kern = steunend, gevend

Tweeën versterken hun zelfbeeld door goede dingen voor anderen te doen. Ze zijn gulhartig met hun tijd en energie en laten hun waardering blijken en steunen hen en moedigen hen aan. Ze zijn daarnaast emotioneel expressief en houden ervan hun talenten met anderen te delen.

Gezond, Niveau 8 Kern = empathisch, zorgzaam

Tweeën stellen zich met liefdevolle bezorgdheid in op de gevoelens van anderen als verdediging tegen hun basisangst. Zelfbeeld: 'ik ben liefdevol, attent en onzelfzuchtig'.

Gezond, Niveau 9 Kern = zelfkoesterend, onvoorwaardelijk liefhebbend

Tweeën laten het geloof los dat ze niet om zichzelf zouden mogen geven. Daardoor komen ze in contact met hun gevoelens en behoeften en zijn ze vrij om zonder verwachtingen van anderen te houden. Ze verwezenlijken bovendien hun basisverlangen, en bevrijde Tweeën voelen onvoorwaardelijke liefde voor zichzelf en anderen. Ze zijn blijmoedig, vriendelijk en nederig.

Het Enneatype Twee

HOE KAN DE GEVER ZICH ONTPLOOIEN?

- Leer je eigen behoeften kennen in plaats van de behoeften van anderen te bevredigen.
- Weet wat je werkelijk waard bent voor anderen. Zie in dat het grootspraak is onmisbaar te zijn of van iedereen de beste vriend(in).
- Herken je wens om te vleien en je verlangen naar goedkeuring als signalen van opkomende angst.
- Zie dat je overdreven emotionele vertoning je echte gevoelens bedekt.
- Voel hoe gevoelens van trots kunnen toenemen of afnemen. Zie hoe trots in stand wordt gehouden door het voortdurend nastreven van goedkeuring en het wegschuiven van schaamte.
- Voel hoe je zelfpresentatie verandert om anderen beter te kunnen behagen.
- Zoek je ware 'ik' in plaats van te leven met de vele 'ikken' die nodig zijn om aan de behoeften van anderen te kunnen voldoen.
- Doorzie je strategie van geven om te ontvangen. Leer te ontvangen in plaats van te veel te geven.
- Merk op wanneer te veel geven je uitput en je hieraan wenst te ontsnappen.
- Onderscheid de momenten waarop mensen je echt nodig hebben van de momenten waarop je niet nodig bent.