

Het Enneatype Vier

Type Vier – de Romanticus/de Individualist/de Melancholicus/de Estheet/de Speciale

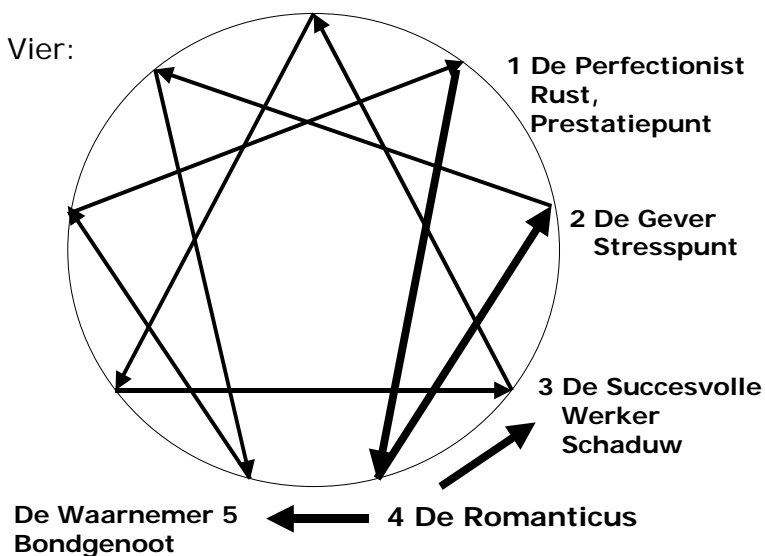
Het Enneatype Vier zal zich sterk herkennen in deze situatie:

Hij is een gevoelig mens met intensieve emoties. Hij voelt zich vaak onbegrepen en eenzaam omdat hij voelt dat hij anders is dan alle anderen. Zijn gedrag kan op anderen dramatisch overkomen en er is hem dikwijls verweten dat hij overgevoelig is en zijn gevoelens te veel opblaast. In werkelijkheid verlangt hij inwendig naar zowel een emotionele binding als naar een diep gevoel van verwantschap. Hij heeft moeite zijn huidige relaties ten volle te waarderen, omdat hij de neiging heeft om datgene te willen wat hij niet kan krijgen en te verachten wat hij heeft. Dat zoeken naar een emotionele binding is iets wat hij zijn hele leven lang al met zich meedraagt en de afwezigheid van een emotionele binding heeft geleid tot melancholie en depressie. Soms vraagt hij zich af waarom anderen mensen meer lijken te hebben dan hij, betere relaties en een gelukkiger leven. Hij heeft een verfiynd gevoel voor esthetica en ervaart een rijke wereld van emoties en betekenis.

Verdere persoonlijkheidskenmerken van de Vier:

De Vier is romantisch en fantasierijk maar is eenzaam en bemoeit zich niet te veel met anderen. Hij is te veel op zichzelf gericht en vindt het moeilijk om voor zich op te komen. Gewoonlijk moet de Vier eerst zijn gevoel verwerken voor hij kan handelen en zijn gewoonte om afstandelijk te zijn ergert mensen. Hij is vaak humeurig en door zichzelf in beslag genomen en bij een conflict met anderen, trekt hij zich meestal terug. De Vier is trots op het feit dat hij origineel en vindingrijk is en mensen hebben belangstelling voor hem omdat hij rustig, ongewoon en diepzinnig is.

Heel vaak benadrukt de Vier dat hij anders is dan zijn vrienden en het middelpunt van de belangstelling zijn, vindt hij niet prettig. Als hij zorgen heeft, tobt hij vaak over zijn problemen en is vaak te emotioneel en nogal ongedisciplineerd. Hij heeft de neiging te drijven op zijn gevoelens, ze lang vast te houden en wil graag zijn gevoelens begrijpen, hij besteedt veel tijd aan introspectie. Het vervullen van sociale verplichtingen heeft geen hoge prioriteit bij hem en hij voelt zich vaak emotioneel te kwetsbaar om met anderen om te gaan. De Vier is normaal gesproken pessimistisch, het glas is halfleeg en krijgt dingen niet voor elkaar omdat hij de geboden kansen niet kan benutten. Hij doet zeker niet zijn uiterste best om mensen te ontmoeten en relaties aan te knopen. Meestal houdt hij zich stil als hij een ander een fout ziet maken want hij heeft vaak problemen door zijn lichtgeraaktheid en doordat hij alles al snel persoonlijk opvat. Zijn vriendschappen lijden vaak onder zijn persoonlijke behoeften en intense emoties en gebeurtenissen die een diepe indruk achterlaten zijn aantrekkelijk voor hem. Hij heeft de gave om innerlijke gemoedstoestanden te kunnen beschrijven en is open en bereid om zijn gevoelens met anderen te delen. De Vier heeft moeite om het hoofd te bieden aan zijn gevoelens en angsten, dus het is moeilijk voor hem om sterk te zijn voor anderen. Hij doet meestal wat hij wil en over het algemeen is hij intuïtief en individualistisch. Hij heeft de behoefte om te denken aan het verleden en wordt dikwijls door twijfel aan zichzelf weerhouden van zijn doel.



Het Enneatype Vier

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 Vier:

Het kleine kind kwam in nood toen het gedwongen werd om de aandacht te richten op zaken om te overleven en daardoor het contact met zijn essentie (oorspronkelijkheid) verloor.

Verloren levensessentie van de Vier:

Het ervaren van de oorspronkelijkheid en de diepte daarvan en de complete verbinding met het alles.

Compenserend geloof/levensvisie van de Vier:

Het pijnlijke verlies van het niet verbonden te zijn met de oorspronkelijkheid geeft een verschrikkelijke gevoel van onvolkomenheid en een diep, onbestemd gevoel dat er iets belangrijks in het leven ontbreekt wat teruggewonnen moet worden.

Er ontbreekt iets wezenlijks in mijn leven. Anderen hebben het wel. Ik voel me in de steek gelaten.

Levensconclusie voor zelfbehoud, Coping Strategy van de Vier:

Zoek naar de ideale liefde of omstandigheden die je het gevoel geven weer geliefd, geheel en compleet te zijn. Richt je aandacht op het intens doorvoelen van omstandigheden, situaties, dingen en gevoelens die je belangrijk vindt en die je mist en probeer die te krijgen.

Basisangst van de Vier:

De angst zonder identiteit of persoonlijke betekenis te zijn.

Onbewust ontvangen kindertijdboodschappen door de Vier:

Het is niet goed om te functioneel of te gelukkig te zijn.

Uitgebleven kindertijdboodschap voor de Vier:

Je wordt gezien zoals je bent.

Basisverlangen en haar vervorming voor de Vier:

Het verlangen om zichzelf te zijn. Dit onttaardt in zelftoegeeflijkheid.van

Kernidentificatie van de Vier:

Identificeert zich sterk met het hebben van gevoelens anders en gebrekkig te zijn en met emotionele gevoelens. Verzet zich tegen het (h)erkennen van authentieke positieve kwaliteiten bij zichzelf en verzet zich tegen de bewustwording dat hij is zoals anderen.

Het Enneatype Vier

Zelfbeeld van de Vier:

Gevoelig, anders, uniek, zelfbewust, zacht, intuïtief, rustig, diepzinnig en eerlijk jegens zichzelf.

Mentale gedrevenheid van de Vier:

Melancholie.

Valkuilen voor de Vier:

Het trachten de speciale, ultieme liefde of situatie te bemachtigen die je compleet maakt. Uit angst zelf geen identiteit of uit zichzelf enige persoonlijke betekenis te bezitten, behandelen Vieren mensen minachtend, alsof anderen 'nullen' en van generlei waarde of betekenis zijn.

Motiverende energie van de Vier, de emotionele passie:

Nijd, afgunst en verlangen, altijd op zoek naar wat nodig is om het leven beter te maken. Ten grondslag aan deze afgunst ligt het gevoel iets fundamenteels te missen. Vieren menen dat anderen kwaliteiten bezitten die ze zelf ontberen. Ze hunkeren naar wat ontbreekt, maar verzuimen vaak de vele zegeningen in hun leven op te merken.

Vermijdingen van de Vier, gevoed door angst:

Gewoon en gebrekkig zijn en er mag niets ontbreken.

Kracht van de Vier:

Creativiteit, passie, invoelen, meevoelen, emotionele diepgang.

Paradox voor de Vier:

Altijd willen wat je mist (waar je naar verlangt) bestendigt (benadrukt) de ontevredenheid met wat je reeds hebt.

Gerichtheid van de aandacht, de behoeften van de Vier:

Een-op-een relaties:	rivaliteit
Sociale situaties:	schaamte
Zelfbehoud:	onbevreesdheid (roekeloosheid)

Mechanismen die werken in de Vier:

Kernovertuiging:	ik ben niet om van te houden
Verdediging:	introjectie, emotionele labiliteit
Intuïtie afgestemd op:	op afstand het beste, binnen handbereik het slechtste
Wat de Vier niet wil, vermijdingen:	gewoon en gebrekkig zijn
Emotionele Gerichtheid:	afgunst
Fixatie:	schoonheid, het onbereikbare
Werkmotivatie:	twijfel

Hoofdthema's van de Vier:

Zoekt een redder, iemand die hem begrijpt en zijn leven en dromen ondersteunt, wil gezien worden.

Vreest verlaten, dat niemand om hem zal geven en dat hij onvoldoende steun krijgt om zichzelf te vinden en te zijn.

Gaat met anderen om door hen geïnteresseerd te houden door de toegang tot zichzelf te beperken, 'moeilijk te krijgen' te spelen en zich aan zijn supporters vast te klampen.

Het Enneatype Vier

Hoe de Vier anderen manipuleert?

Door humeurig en driftig te zijn en anderen op 'eierschalen' te laten lopen.

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 Vier geldt:

<i>Kernkwaliteiten</i>	<i>Valkuil</i>	<i>Allergie</i>	<i>Uitdaging</i>
Introspectie	Navelstaren	Zinloosheid	Gewoonheid
Medelevendheid	Depressiviteit	Onechtheid	Opgewektheid
Fijngevoeligheid	Melancholie	Meedogenloosheid	Zakelijkheid
Hartstocht	Emotionaliteit	Cynisme	Nuchterheid

Ontplooiing voor de Vier:

- Focus op wat positief is in het hier en nu
- Blijf consequent in je acties ondanks wijzigende omstandigheden en intense gevoelens
- Werk aan evenwichtigheid (balans)
- (H)erken dat gevoelens niet de enige realiteit zijn
- Apprecieer en waardeer het gewone

en vergeet nooit dat het je ware aard is om te vergeven en alles in je leven te gebruiken voor je groei en vernieuwing.

Je kracht is je verleden los te laten en je te laten vernieuwen door je ervaringen.

Ultieme uitdaging om te groeien voor de Vier:

Herwin je compleetheid (volledigheid) in het hier en nu door het hier en nu te aanvaarden en te waarderen zoals het is en accepteer jezelf zoals je bent zonder de noodzaak om speciaal en uniek te zijn. Kwaliteiten van de essentie zijn daarbij het streven naar het hogere idee: de oorspronkelijkheid en de hogere deugd: evenwichtigheid (balans).

Spirituele weg

Volgens de spirituele zienswijze verloor het kind het contact met zijn oorspronkelijkheid (essentie), toen het de aandacht ging richten op zaken om te kunnen overleven. Door de scheiding van deze oorspronkelijke bron die alle levende wezens met elkaar verbindt, werden Vieren melancholiek of aangenaam gevoelig voor de emoties die het leven rijk is. Wanneer nijd of afgunst de overhand krijgt, slaat emotionele evenwichtigheid (balans) om in wanhoop, omdat het lijkt of anderen genieten van de verbondenheid die Vieren ontzegd wordt. De volharding van Vieren in het streven naar authentieke binding weerspiegelt het aspect van de essentie dat alle levende wezens 'één hart' geeft. Als de verlangens, die uit nijd of afgunst voortkomen, terug in balans zijn gebracht kunnen Vieren zich weer emotioneel verbonden voelen.

Het gevolg

Als kind heeft de Vier vanaf de vroegste ontwikkeling geprobeerd de vader of de moeder 'naar binnen te halen' (introjectie) en is daarin teleurgesteld. Het kind associeert zich sterk met vader en/of moeder; liefde wordt pijn. De Vier heeft dan ook vaak het gevoel als kind alleen gelaten te zijn. Een Vier zegt dikwijls 'ik heb geen wortels' en voelt zich niet sterk verbonden met het leven en met zichzelf.

Het Enneatype Vier

Een Vier is afgunstig op anderen die deze verbinding wel hebben. De mensen die zelf kiezen om uit het leven te stappen, zijn vaak Vieren. Een Vier vraagt zich altijd af: 'wat doe ik hier? Is het leven wel de moeite waard? De Vier heeft een intens verlangen zichzelf beter te leren kennen.

Het dilemma

We kennen allemaal het gevoel van nijd en afgunst, die steek die door ons hart gaat wanneer we anderen zien genieten van geluk waar we zelf naar verlangen. Vieren voelen zich misdeeld, terwijl anderen tevreden lijken. Anderen lijken tevreden met hun werk en hun gezin, terwijl zij zich niet gezien voelen. Vieren zeggen dat het geen kwestie is van jaloezie. Ze gunnen anderen hun plezier, maar als ze anderen gelukkig zien worden ze herinnerd aan wat ze zelf missen.

Nijd en afgunst motiveert hen op zoek te gaan naar dingen en status waarvan ze veronderstellen dat ze mensen gelukkig maken, zoals geld, een unieke levensstijl, blijken van waardering en vrienden. Het op zoek zijn van Vieren wordt gekenmerkt door een zich herhalende cyclus van wensen, verwerven, teleurstelling en afwijzing. De Vieren willen hebben wat niet beschikbaar is en als het uiteindelijk binnen handbereik komt zijn ze teleurgesteld. Wanneer relaties die eens aantrekkelijk waren de fase van afwijzing hebben bereikt, worden ze weer aantrekkelijk en zo blijft deze cyclus zich herhalen. Als hun gewoonte om iemand aan te trekken en vervolgens af te stoten een automatisme wordt, stopt hun zelfobservatie. Ze weten niet dat hun aandacht gericht is op wat ze missen. Ze weten alleen dat het ondraaglijk is gescheiden te zijn van iemand met wie ze een band hebben, dat ze wanhopig herenigd willen worden met de bron van liefde, en dat ze het haten omringd te zijn door mensen met minder diepgang maar die het op de een of andere manier wel voor elkaar krijgen gelukkig te zijn. Als ze hun aandacht op deze manier blijven richten, lijken hun huidige relaties weinig te bieden in vergelijking met de veelbelovende ontbrekende figuur.

Ze raken ervan overtuigd dat ze een vergissing gemaakt hebben en dat hun geluk ergens anders gezocht moet worden. Dus voelt het voor hen heel natuurlijk om hun huidige situatie achter zich te laten en het streven naar hun verre hoop te hervatten. Vieren groeien door het glas half vol te zien in plaats van half leeg. Ze groeien door te leren zich tevreden te voelen met wat ze hebben. Als Vieren een diep gevoelde verbinding in stand kunnen houden en kunnen inzien dat hun geest ervan doorgaat door naar iets anders te verlangen, zijn ze vrij om te kiezen hoe ze willen reageren.

Ze hebben steun aan dierbaren die gedurende de fase van aantrekken/afstoten hun kalmte bewaren, die oog hebben voor de goede dingen in het hier en nu, en die tijdens intensieve emotionele perioden met de beide benen op de grond blijven staan.

DE SUBTYPEN

In een-op-een relaties wordt nijd omgezet in rivaliteit

Rivaliteit geeft een krachtige energie die door de depressie en het voortdurende gepeins over verlies heen breekt. Het is een 'Ik zal je eens wat laten zien' stroom van vastberadenheid die bergen kan verzetten. Rivaliteit uit zich op twee manieren; enerzijds door te wedijveren om goedkeuring ("Ik stijg in waarde als ik speciale aandacht krijg") en anderzijds door te wedijveren met mensen die de erkenning claimen die ze zelf willen krijgen ("Ik voel me meer waard als jij je minder waard voelt"). Rivaliseren met concurrenten kan overgaan in haat. Door aan hun waarde afbreuk te doen, vermindert hun nijd.

Dit subtype rivaliseert gewoonlijk niet met vrienden, maar kan erg vijandig zijn tegen mensen uit hun branche of tegen een kameraad die hem of haar afwijst. Ze zijn vooral geneigd tot nijd wanneer hun rivalen succesvol worden of als een ex-partner een nieuwe relatie begint.

Het Enneatype Vier

In sociale situaties leidt nijd tot schaamte

Schaamte komt voort uit een gevoel van minderwaardigheid. Vieren schamen zich als ze niet voldoen. In sociale situaties treedt nijd op als ze zich afmeten aan de prestaties van anderen. Het geringe gevoel van eigenwaarde komt vaak voort uit reële verlieservaringen die de illusie in stand houden dat anderen genieten van dingen die in hun leven ontbreken.

Vieren gruwen bij het idee afgewezen te worden als hun fatale zwakke plek ontdekt wordt. Vieren willen zich voor doordringende ogen verstoppen en ontmoetingen, waar hun ontoereikendheid aan het licht zou kunnen komen, ontwijken. Ze zijn buitengewoon gevoelig voor geringschatting en hebben parallel hieraan een verlangen naar erkenning. Ze ervaren het als zeer pijnlijk als men hen over het hoofd ziet of, erger nog, als ze de namen horen van de mensen die wel zijn uitgenodigd. Ze dikken hun imago aan om zich te beschermen. Ze worden lid van een elitegezelschap, hebben een unieke zelfpresentatie, dossen zich aantrekkelijk uit, of stellen zich wat gereserveerd op, boven de grijze massa.

Als het gaat om zelfbehoud wordt nijd omgezet in onbevreesdheid (roekeloosheid)

Roekeloos leven wordt aantrekkelijk op momenten dat Vieren de droefenis van hun omstandigheden ervaren. Waarom zouden ze de gevaren in het leven serieus nemen nu ze eenmaal bekneld zijn geraakt tussen hoop en wanhoop? Het onbevreesde karakter aanvaardt het voorbestemd zijn om in de steek gelaten te worden en heeft een zekere suicidale kant. De innerlijke crisis die voortkomt uit de cyclus wensen-verwerven-teleurstelling-afwijzing geeft gewone gebeurtenissen een buitengewone kracht. Door zich over te geven aan levensgevaarlijke ondernemingen ontkomen ze aan het saaie automatisme van het leven. Als ze zich in het diepe storten krijgt het leven dat anders doorsnee en afgezaagd zou zijn, weer betekenis en intensiteit.

Als hun dromen zijn uitgekomen en hun ontevredenheid weer opkomt, hebben Vieren de neiging om hun basis van veiligheid weer te verwoesten. Het verwerven en verspelen van geluk blijft zich herhalen. Minnaars worden verleid, afgewezen en weer omarmd. Wanneer zelfbehoudende Vieren krijgen wat ze willen, verwoesten ze het en vervolgens verlangen ze er weer naar.

De kind-ziel van de Vier

Binnen de dramatische, hevige en emotionele façade van een Vier bevindt zich een bazige en opdringerige kleine Een-kind ziel die erop uit is ervoor zorg te dragen dat alle kleine kinderen zich behoorlijk gedragen – erop toeziet dat geen van hen uit de pas loopt, dat hun kleren netjes zijn en dat ze goede manieren hebben. Deze kind-ziel is een schijnheiltje, keurig en netjes en vol kritiek naar al degene die zich niet aan de regels van de Vier houden. Hij is een ijveraar voor eerlijkheid en juistheid en wordt heel kwaad als de andere kinderen stout zijn. Dat zijn de probleemkinderen die op het rechte spoor gebracht moeten worden, en hierin herkennen we de neiging van de Vier om anderen de schuld te geven van hun problemen, evenals hun defensiviteit in het geval een 'onvolmaaktheid' van hen aan het licht wordt gebracht.

Het is voor een Vier moeilijk om deze verongelijkte kind-ziel vol eigendunk te erkennen, aangezien dit voelt als zijn grootste gebrek en het hem blootstelt aan enorme aanvallen en haat naar zichzelf toe. Het bewustmaken van zijn kind-ziel, in plaats van zijn agressie te laten imploderen en op zichzelf te richten, vormt in feite een groot deel van het oplossen van zijn innerlijk lijden. Hoe beter hij zijn kind-ziel ziet, des te beter kan hij zijn defensiviteit zien en zijn behoefte zien het bij het rechte eind te willen hebben en als hij dit kan erkennen kan zijn ziel langzaam zijn controle opgeven.

Het Enneatype Vier

Als hij zijn behoefte om anderen onder de duim te hebben en hen te laten doen wat hij wil, begrijpt, zal aan het licht komen hoezeer het hem ontbreekt aan de perceptie van de volmaaktheid van dingen zoals ze zijn en, wat belangrijker is, van zijn eigen volmaaktheid. Als hij in toenemende mate zijn kind-ziel integreert, zal hij inzien hoe de zuiverheid, stralendheid en inherente briljantie van zijn ziel in zijn jeugd niet waren toegestaan of niet werden gespiegeld. Door het verlies van het contact met het Aspect van 'Briljantie', dat hij het sterkst belichaamde, voelde hij zich beschadigd en ontwikkelde hij als reactie een persoonlijkheidsstijl die is gebaseerd op vervreemding, verlatenheid en verlangen naar verbinding buiten hemzelf.

Hoe meer hij zijn kind-ziel integreert, hoe meer de kleine goeddoener zal transformeren in een schitterend gevoel van innerlijke volledigheid, volmaaktheid en elegantie. In plaats van een leven te leiden dat is gebaseerd op afgunst of op rouw en van op afstand verlangen naar contact, zal hij ontdekken dat de volledigheid die hij zoekt, in hem zit en dat zijn 'innerlijke' inderdaad briljant is.

Afweermechanismen gebaseerd op verdringing van Schuld/Woede, Schaamte of Angst
Introjectie, mechanisme van de VIER, de Romanticus

Afweer op het gevoel/impuls van Schaamte

Ieder mens heeft in zich de mogelijkheid om een herinnering of fantasie tot leven te brengen. De herinneringen kunnen zo sterk zijn dat ze opnieuw worden beleefd. Zoals een mooie vakantie, aan een prachtig strand met heerlijk warm weer en leuke dingen die met een partner of vrienden werden gedaan.

Introjectie is deze innerlijke wereld combineren met het vermogen om de emotionele beleving ervan te vergroten. De sterke gevoelens, die hiermee gepaard gaan, maken dat de herinnering of fantasie letterlijk opnieuw en als echt worden ervaren. Omdat de Romanticus, ook wel Individualist genoemd, alledaagsheid probeert te vermijden geeft introjectie de mogelijkheid om met veel passie en emotioneel drama het leven aangenamer of interessanter te maken. Individualisten vertellen dan ook dat het niet belangrijk is of gevoelens positief of negatief zijn. Het enige wat telt is dat deze gevoelens intens zijn. Individualisten zijn daarom intense mensen, die voor een levenspartner een uitdaging kunnen zijn. Als introjectie sterk en onbewust is, kan de Individualist veel last hebben van wisselende stemmingen. Depressies, die helemaal 'uitgezeten' moeten worden en gevoelens van onder meer minderwaardigheid worden ervaren als een draaikolk waarin men wordt meegezogen.

De kracht van de Vier

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 Vier:

- Ziet de mooie dingen.
- Is gericht op en heeft echt oog voor schoonheid.
- Kan enorm genieten van kleine dingen of voorvallen.
- Kan genieten van melancholie.
- Heeft dikwijls een uitzonderlijk imago.
- Is een bijzonder mens.
- Kan wezenlijk contact leggen met mensen.
- Mensen zoeken dit contact van de Vier.
- Voelt zich anders dan anderen.
- Put energie uit fantasie, artistieke bezigheden maar ook uit verlies.
- Richt zich op wat ontbreekt.
- Is emotioneel gevoelig.
- Voelt de stemming van anderen feilloos aan.

Het Enneatype Vier

- Onderscheidt zich in het werk door creativiteit of zelfs genialiteit.
- Wordt gerespecteerd door haar/zijn persoonlijke visie en ideeën.
- Is dikwijls esthetisch, verfijnd en weten meestal precies waar het om gaat.

Het Enneatype Vier

Reactie op stress:

De Vier gaat naar de Twee.

De gereserveerde Vier wordt op de Twee opeens bovenmatig betrokken en vastklampend. Vieren zijn geneigd om zich in fantasieën over zichzelf te verliezen en zich van mensen af te keren, zowel om aandacht te trekken als om hun gevoelens te beschermen. Om de problemen, die onvermijdelijk rijzen bij dit gedrag, te compenseren maakt de Vier de stap naar de Twee. Na een periode van terugtrekking en zelfabsorptie kan hij zodoende naar de Twee gaan en onbewust zijn intermenselijke problemen proberen op te lossen met een enigermate geforceerde vriendelijkheid maar hij probeert dit wel al te hard. Net als Tweeën begint hij zich zorgen te maken over zijn relaties en zoekt hij naar manieren om dichter bij de mensen te zijn die hij mag. Hij heeft veel geruststelling nodig dat de relatie OK is. Daarvoor uit hij geregeld en dikwijls geforceerd zijn genegenheid voor de ander en herinnert hem of haar eraan hoe zinvol hun relatie is. In extremere gevallen kan een Vier via emotionele scènes uittesten of anderen werkelijk om hem geven. Dit soort gedrag is vaak slopend voor anderen en heeft tot gevolg dat ze de belangstelling voor de Vier verliezen of hem zelfs verlaten, wat vanzelfsprekend weer de verlatingskwesaties van de laatste activeert. De Vier kan dan naar het negatief gedrag van de Twee gaan en de betrokkene proberen vast te houden door zich aan hem vast te klampen. Net als Tweeën kunnen Vieren voorts menen dat het niet veilig is om de omvang van hun behoefte te laten blijken en kunnen ze ermee beginnen hun problemen verborgen te houden door zich op andermans problemen te concentreren. (Ik ben hier om jou te helpen)

Om hun onrealistische levenswijze te kunnen voortzetten hebben Vieren met het verstrijken van de tijd hoe langer hoe meer emotionele en financiële steun nodig. Ze zijn bang dat ze zonder dergelijke steun niet langer hun dromen zullen kunnen verwezenlijken. Teneinde dat te voorkomen overdrijven Vieren onder stress hun belangrijkheid in het leven van anderen. Ze herinneren de ander eraan hoeveel baat deze heeft bij zijn relatie met de Vier, strijken de eer voor andermans geluk op en zoeken naar subtiele manieren om mensen afhankelijk van hen te maken. Ze proberen behoeften te scheppen die ze vervolgens zelf kunnen vervullen en worden in toenemende mate jaloers en bezitterig tegenover de mensen om wie ze geven. Net als Tweeën kunnen ze er onder stress op uit zijn erkenning te krijgen voor wat ze hebben gedaan, de ander ondertussen verwijtend hoeveel stank voor dank ze krijgen.

De rode vlag; de Vier in de nesten.

Rode vlag: de angst zijn leven te ruïneren en de eigen kansen te verknallen.

Als Vieren 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 ze door hun gefantaseer en emotionele zelftoegeeflijkheid hun leven kapotmaken en hun kansen verknallen. En hun angst kan voor een gedeelte gegrond zijn.

Deze bewustwording kan een keerpunt in het leven van de Vier betekenen. Op dat moment dat hij de waarheid in deze angsten inziet, kan hij de weg naar gezondheid en bevrijding inslaan. Aan de andere kant zou hij echter ook zelfs nog harder kunnen proberen zijn fantasieën en illusies over zichzelf in stand te houden en iedereen en alles afwijzen wat niet aan zijn emotionele eisen voldoet. (Ze zijn allemaal zo wreed en egoïstisch, niemand begrijpt me. Ik weet dat ik een baan moet zoeken, maar ik kan het gewoon niet aan) Als de Vier in deze houding volhardt, kan hij de val 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 Vier

Waarschuwingssignalen voor de Vier in nood

Potentiële pathologie: ernstige depressie, narcistische persoonlijkheidsstoornis, ontwijkende persoonlijkheid, crimes passionels, moord en zelfmoord.

- Een extreme tendens tot zelfbedrog
- Een deprimerend gevoel van vervreemding van zichzelf en anderen
- Extreme emotionele wispelturigheid en lichtgeraaktheid (geen manische reactie)
- Afhankelijkheid van een of twee anderen, met instabiele relaties
- Uitbarstingen van woede, vijandigheid en haat
- Chronische, langdurige depressie en hopeloosheid
- Episode van zelsabotage en verwerping van positieve invloeden
- Obsessies met de dood, morbiditeit en zelfhaat

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

De Vier gaat naar de Een.

De afgunstige, emotioneel turbulente Vier wordt objectiever en principiëler.

In rust of bij groei naar zijn prestatiepunt gaat de Vier naar het gezonde gedrag van de Een. Gezonde Vieren staan zinvol handelend in de werkelijkheid. Door principes te huldigen en zich aan activiteiten te wijden die boven de sfeer van hun subjectieve reacties uitgaan, ontdekken Vieren niet alleen wie ze zijn, maar ook dat wie ze zijn goed is. Ze staan direct in contact met hun instincten en laten zich minder als in trance meeslepen door de emotioneel geladen scenario's die ze in hun hoofd afspelen. Vieren die zich richten op gezond gedrag van de Een realiseren zich voorts dat zelfexpressie niet hetzelfde is als zwelgen in de eigen stemmingen. Met zelfdiscipline werken ze consistent om aan hun wereld iets bij te dragen wat de moeite waard is. Ze zijn niet langer afstandelijke buitenstaanders die erop wachten ontdekt en erkend te worden. Ze participeren ten volle in het leven en ontwikkelen een sterker zelfbesef door hun werk en door hun banden met anderen. Maar de Vier moet ervoor waken dat dit niet verward wordt met het aannemen van de kritische of perfectionistische trekken van de Twee. Het superego van Vieren is reeds straffend genoeg en het zichzelf opzadelen met zelfverbeteringsprojecten kan gemakkelijk tot meer zelfbeschuldiging leiden. Het is daarom belangrijk om onderscheidingsvermogen te ontwikkelen. Vieren leren dan dat de realiteit van een situatie en onze emotionele responses daarop twee verschillende dingen zijn. Gezonde Vieren zijn daarnaast levende voorbeelden van wat het betekent om de werkelijkheid te aanvaarden, om met de werkelijke componenten van een situatie te werken in plaats van je ertegen te verzetten of ze te verwerpen. Integreerende Vieren beseffen verder dat aanvaarding de sleutel is tot het loslaten van hun verleden en het creatief invullen van hun leven in het heden. Zelfaanvaarding brengt vergiffenis voor oude fouten en problemen. Aanvaarding van anderen brengt het vermogen om wederzijds bevredigende relaties te onderhouden. Vieren hebben het dan niet langer meer nodig om anderen als hun redder te idealiseren of hen van hun voetstuk te stoten omdat ze niet aan hun realistische verwachtingen voldoen. Ze zien de ander als de ander en kunnen accurater hun eigen waardevolle kwaliteiten waarnemen zonder in fantasie over zichzelf te vluchten. Eindelijk zijn integreerende Vieren in staat om een blijvend, waarachtig identiteitsbesef en zelfachting op te bouwen, omdat deze op acties en relaties in het echte leven berusten in plaats van op hun verbeelding of vergankelijke emotionele toestanden. Ze herkennen in zichzelf kwaliteiten die voorheen onzichtbaar waren: kracht, wilskracht, vastberadenheid en helderheid. Wanneer Vieren zich eenmaal aarden in het moment, worden bovendien alle aspecten van het leven kansen voor creativiteit. In plaats van zich te laten meeslepen in eindeloze introspectie of op de turbulente stroom van hun emotionele reacties, blijven integreerende Vieren aanwezig bij zichzelf en de wereld om hen heen en doorgronden daardoor de diepere waarheden van het menselijk hart. Als ze het toelaten dat dit proces zich voltrekt, openbaart hun ware identiteit zich in ieder ogenblik van hun bestaan.

Het Enneatype Vier

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

Niveaus van ZIJN voor de Vier

Ongezond, Niveau 1 Kern = wanhopig, het leven ontkennend

Het doorbrekend besef dat ze hun leven verspilt hebben met het najagen van futiele fantasieën is teveel voor ongezonde Vieren. Ze kunnen proberen redding uit te lokken door middel van zelfdestructief gedrag of zich simpelweg van het leven beroven teneinde aan hun negatieve zelfbewustzijn te ontsnappen. In sommige gevallen begaan ze een crime passionel.

Ongezond, Niveau 2 Kern = zichzelf afwijzend, klinisch depressief

Vieren verlangen er inmiddels zo wanhopig naar het individu van hun fantasieën te zijn dat ze alles aan zichzelf haten wat daar niet aan beantwoordt. Ze walgen van zichzelf en haten anderen omdat ze hen niet komen redden. Ze kunnen wat er nog aan goeds in hun leven resteert, saboteren.

Ongezond, Niveau 3 Kern = haatdragend, vervreemd

Vieren zijn bang hun leven te verspillen, wat ook inderdaad zo zou kunnen zijn. Om hun zelfbeeld te redden wijzen ze iedereen en alles af wat niet hun kijk op zichzelf of hun emotionele eisen steunt. Hun onderdrukte woede resulteert in depressie, apathie en chronische vermoeidheid.

Gemiddeld, Niveau 4 Kern = toegeeflijk voor zichzelf, decadent

Vieren zijn bang dat ze door de eisen van het leven gedwongen zullen zijn hun dromen op te geven en wanhopen ooit nog gered te worden. Ze hebben het gevoel dat het leven aan hen voorbijgaat en zijn afgunstig op de stabiliteit van anderen. Het gevolg is dat ze zich van 'de regels' ontheven achten en genotziek, pretentius en improductief worden.

Gemiddeld, Niveau 5 Kern = in zichzelf geabsorbeerd, temperamentvol

Vieren maken zich er zorgen over dat anderen hen en hun uniciteit niet onderkennen en waarderen, en dus spelen ze 'moeilijk te krijgen', ze testen anderen om te weten komen of ze werkelijk in hen geïnteresseerd zijn. Ze zijn gereserveerd, zelfbewust en melancholisch en geloven dat hun kwetsbaarheid een redder zal aantrekken en anderen op afstand houden.

Gemiddeld, Niveau 6 Kern = Romantiserend, individualistisch

Vieren worden bang hun identiteit en creativiteit niet te kunnen handhaven als gevolg van hun constant wisselende gevoelens en proberen daarom m.b.v. hun verbeelding hun stemmingen te laten voortduren en te intensifiëren. Ze versterken door middel van fantasie en stijl hun individualiteit en beginnen te dromen over een redder.

Gezond, Niveau 7 Kern = zelfonthullend, creatief

Vieren versterken hun zelfbeeld door hun individualiteit tot uitdrukking te brengen via creatieve bezigheden. Ze zijn welbespraakt en subtiel, verkennen hun gevoelens en indrukken en zoeken naar manieren om ze met anderen te delen. Hun creativiteit is hoogst persoonlijk, maar bezit vaak universele implicaties.

Gezond, Niveau 8 Kern = introspectief, sensitief

Voor het opbouwen van een duidelijk besef van persoonlijke identiteit concentreren Vieren zich op hun gevoelens en voorkeuren. Zelfbeeld: 'ik ben sensitief, anders en mezelf bewust.

Gezond, Niveau 9 Kern = het leven omhelzend, het leven bevorderend

Vieren laten het geloof los dat ze meer gebreken bezitten dan anderen en bevrijden zich daardoor uit hun zelfabsorptie. Hun basisverlangen, dat wil zeggen zichzelf en hun betekenis ontdekken, is eveneens verwerkelijkt en daarmee zijn hun problemen met hun identiteit en de stabiliteit daarvan opgelost. Ze vernieuwen zichzelf en bevrijden en openbaren zich hoe langer hoe meer.

Het Enneatype Vier

HOE KAN DE VIER ZICH ONTPLOOIEN?

- Verlies is realiteit. Er moet goed om gerouwd worden en dan moet het losgelaten worden.
- Opgaan in verdriet kan doorbroken worden door fysieke activiteiten en zorg voor anderen.
- Stop met zelsabotage en onvoltooide zaken. Maak projecten af.
- Doorzie het patroon van aantrekken-afstoten in relaties. De Vier wenst het onbereikbare en verwerpt wat binnen handbereik is.
- Ontdek bij jezelf wat je bij anderen benijdt.
- Kalmeer de neiging je op een dramatische wijze te uiten. Vertel anderen hoe ze met jouw stemmingsschommelingen kunnen omgaan. Een vaste partner verzacht de angst in de steek gelaten te worden.
- Richt de aandacht op wat je hebt in plaats van op wat je mist.
- Zorg voor steunpunten om verdrietige perioden te kunnen overbruggen.
- Ga ervan uit dat intimiteit angst voor verlies en in de steek gelaten worden teweeg zal brengen.
- Herken dat je aangetrokken wordt door de zoete droefenis van de melancholie en dat je het vermogen hebt mensen in nood te begrijpen.