

# Het Enneatype Vijf

*Type Vijf* – de Waarnemer/Onderzoeker/Denker/Specialist/Deskundige

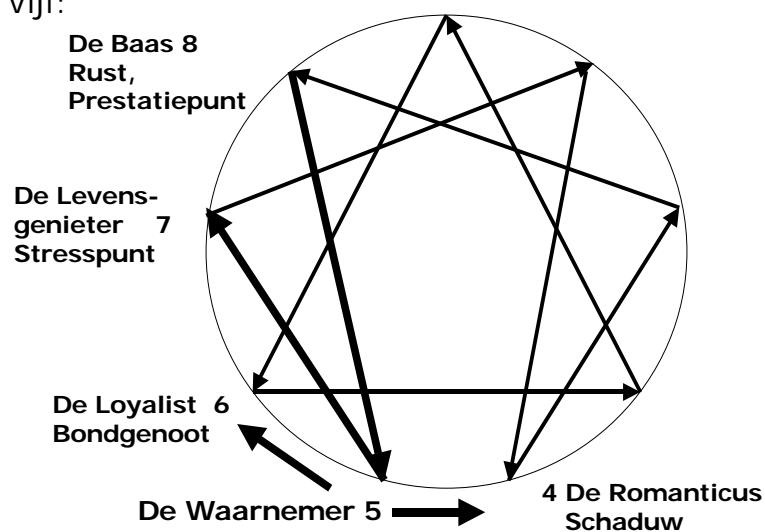
Het Enneatype Vijf zal zich sterk herkennen in deze situatie:

Hij zou zichzelf willen karakteriseren als een rustige, analytische persoon, die meer tijd voor zichzelf nodig heeft dan de meeste mensen. Gewoonlijk observeert hij liever wat er aan de hand is dan dat hij zich erin mengt. Hij vindt het niet prettig als mensen veel eisen aan hem stellen of als mensen verwachten dat hij weet wat hij voelt en ze dat vervolgens ook mededeelt. Hij kan beter met zijn gevoelens in contact komen wanneer hij alleen is dan samen met anderen. Vaak geniet hij meer van zijn ervaringen als hij ze later oproept dan op het moment dat hij ze feitelijk meemaakt. Hij verveelt zich bijna nooit als hij alleen is, omdat hij een actief geestelijk leven heeft. Hij vindt het belangrijk om zijn tijd en energie te beschermen en derhalve een eenvoudig, ongecompliceerd leven te leiden en zoveel mogelijk onafhankelijk te zijn.

Verdere persoonlijkheidskenmerken van de Vijf:

De Vijf is over het algemeen geconcentreerd en leeft intens. Hij houdt liever een bepaalde afstand tot mensen maar toch rekenen anderen op zijn inzicht en kennis. Het is voor hem moeilijk om geen alternatieven meer te zoeken en iets definitiefs te doen. Hij is onafhankelijk, stelt graag moeilijke vragen, is vaak afstandelijk en in gedachten verzonken. Zijn interesses en hobby's zijn belangrijker voor hem dan comfort en zekerheid. Hij bereikt veel, ondanks zijn gebrek aan interesse voor het ontwikkelen van intermenselijke vaardigheden.

De Vijf trekt zich steeds meer terug als reactie op de druk van anderen en laat zelden zijn emoties zien. Als de gemoederen verhit zijn, houdt de Vijf zich liever afzijdig en hij twijfelt vaak of dingen wel zijn wat ze lijken. In discussies met vrienden drukt hij zijn eigen mening door en daarbij is hij trots op zijn helderheid en objectiviteit. Doorgaans minimaliseert hij zijn gevoelens en besteedt er niet veel aandacht aan. Hij is bereid om beloning en persoonlijke erkenning op te geven, als dat betekent dat hij dingen kan doen waar hij werkelijk in geïnteresseerd is. De Vijf heeft niet veel aansluiting met mensen en is vaak zo met zijn eigen projecten bezig dat hij geïsoleerd raakt van anderen. Een groot aantal van zijn problemen wordt veroorzaakt door zijn desinteresse voor sociale regels en hij leeft graag in zijn eigen wereld. Hij is beschouwend ingesteld, heeft een groot voorstellingsvermogen en praktische resultaten doen hem minder dan het kunnen nastreven van zijn persoonlijke interesses. Voor de Vijf iets doet, vindt hij het belangrijk om alternatieven te onderzoeken en het duurt lang voordat hij tot handelen overgaat. Hij komt vaak moeilijk in slaap en op anderen komt hij vaak over als ongewoon of zelfs vreemd. Hij geeft de voorkeur aan zuinigheid en soberheid. Hij ziet mensen meestal als opdringerig en veeleisend en hij wordt aangetrokken door onderwerpen die anderen waarschijnlijk storend of beangstigend vinden. Hij heeft een open geest en is bereid nieuwe benaderingen te proberen maar hij vermijdt intimiteit als hij vreest overstelpt te worden door de behoeften en eisen van anderen.



# Het Enneatype Vijf

## 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/haar 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 Vijf:

Het kleine kind kwam in nood toen het besepte dat hij iets essentieels niet begreep om te overleven.

## Verloren levensessentie van de Vijf:

Het gevoel van alwetendheid, gewoon weten dat er ruim voldoende voorraad is van/aan kennis en dat er een overvloed aan energie is voor iedereen.

## Compenserend geloof/levensvisie van de Vijf:

De wereld vraagt teveel van de mensen en geeft hen te weinig, wat potentieel resulteert in een schaarste aan met name geldmiddelen. De wereld dringt zich aan mij op. Ik heb privacy nodig om na te kunnen denken en me op te kunnen laden.

## Levensconclusie voor zelfbehoud van de Vijf:

Bescherm jezelf tegen het binnendringen van anderen en hun vragen en eisen door je af te sluiten van je gevoelens. Als je je aandacht richt op binnendringers of aandacht krijgt van binnendringers sluit je dan helemaal af. Wordt autarkisch (onafhankelijk, autonoom, trek jezelf terug in jezelf), zoek privacy en limiteer je wensen, verlangens en lusten.

## Basisangst van de Vijf:

De angst nutteloos, incapabel of incompetent te zijn.

## Onbewust ontvangen kindertijdboodschappen door de Vijf:

Het is niet goed om je op je gemak te voelen in de wereld.

## Uitgebleven kindertijdboodschap voor de Vijf:

Je behoeften vormen geen probleem.

## Basisverlangen en haar vervorming voor de Vijf:

Het verlangen om competent te zijn. Dit ontaardt in nutteloze specialisatie.

## Kernidentificatie van de Vijf:

Identificeert zich sterk met het idee een afstandelijk, van de zijlijn toekijkende toeschouwer te zijn, voelt zich er geen deel van. Verzet zich tegen het (h)erkennen van zijn lichamelijke aanwezigheid en toestand, gevoelens en behoeften.

## Zelfbeeld van de Vijf:

Scherpzinnig, 'slim', nieuwsgierig, onafhankelijk, inzichtrijk, ongewoon, alert, objectief.

# Het Enneatype Vijf

Mentale gedrevenheid van de Vijf:  
Gierigheid.

Valkuilen voor de Vijf:

Het verwerven van onafhankelijkheid en autonomie zal je bevrijden van de noodzaak om van anderen iets nodig te hebben. Uit angst zelf hulpeloos, incapabel en incompetent te zijn, laten Vijven anderen zich hulpeloos, incompetent, stom en incapabel voelen.

Motiverende energie van de Vijf, de emotionele passie:

Gierigheid voor essentiële zaken die geacht worden schaars te zijn zoals privé tijd en kennis. Vijven menen dat ze innerlijke krachten missen en dat teveel interactie met anderen tot catastrofale uitputting zal leiden. Deze passie zet Vijven ertoe aan zich van contact met de wereld te onthouden. Zo kunnen ze hun bronnen voor zichzelf houden en hun behoeften minimaliseren.

Vermijdingen van de Vijf, gevoed door angst:

Het binnendringen van anderen en hun eisen die leiden tot vermindering van energie of tot inactiviteit.

Kracht van de Vijf:

Straalt zelfvertrouwen uit, is veelwetend, is kalm in een crisis, wordt gewaardeerd om de eenvoud.

Paradox voor de Vijf:

Het streven naar onafhankelijkheid snijdt je af van essentiële bronnen en voeding van anderen.

Gerichtheid van de aandacht, de behoeften van de Vijf:

In een-op-een relaties:      vertrouwelijkheid

In sociale situaties:        totems

Voor zelfbehoud:            toevluchtsoord (huis)

Mechanismen die werken in de Vijf:

Kernovertuiging:            ik begrijp het leven niet

Verdediging:                isolatie

Intuïtie afgestemd op:      wat willen anderen van mij

Wat de Vijf niet wil, vermijdingen:      opdringerigheid

Emotionele Gerichtheid:    hebzucht, gulzigheid

Fixaties:                    gierigheid

Werkmotivatie:             integratie

Hoofdthema's van de Vijf:

Benadrukt dat hij de deskundige is en diepgaande kennis bezit. Focust zich op het proces, objectieve feiten en het bewaren van helderheid en afstand.

Gaat met gevoelens om door ze af te splitsen en te abstraheren. Blijft gepreoccupeerd en cerebraal, alsof zijn gevoelens niet van hemzelf zijn maar van iemand anders.

In de relatie tot systemen wijzen Vijven het systeem af en willen op eigen houtje werken, daarbuiten. Ze hebben weinig geduld met regels of procedures.

# Het Enneatype Vijf

Hoe de Vijf anderen manipuleert?

Door gepreoccupeerd te blijven en door emotioneel afstand te scheppen/houden.

*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 Vijf geldt:

<i>Kernkwaliteiten</i>	<i>Valkuil</i>	<i>Allergie</i>	<i>Uitdaging</i>
Scherpzinnigheid	Arrogantie	Domheid	Eenvoud
Onafhankelijk	Solisme	Massaliteit	Sociabiliteit
Beschouwend	Afstandelijkheid	Klefhed	Inlevingsvermogen
Kalmte	Karigheid	Overdrevenheid	Spontaniteit

Ontplooiing voor de Vijf:

- ervaar gevoelens in het moment
- blijf verbonden in plaats van je terug te trekken
- laat meer mensen binnen in je eigen wereld
- toon persoonlijke zaken, uit jezelf
- doe aan lichamelijke activiteiten

en vergeet nooit dat het je ware aard is om midden in de werkelijkheid te staan en je bewust te zijn van de onmetelijke rijkdommen van de wereld.

Ultieme uitdaging om te groeien voor de Vijf:

Verbind je weer met de levensenergie en met gevoelens, met name die van het hart en realiseer je dat er ruimschoots energie en kennisbronnen aanwezig zijn.

Kwaliteiten van de essentie zijn daarbij het streven naar het hogere idee: alwetendheid en de hogere deugd: niet hechten.

---

*Spirituele weg*

De preoccupatie van Vijven met het mentale leven weerspiegelt het zuivere weten van de essentie. Deze alwetendheid is een spiritueel bewustzijn, dat niet bevat kan worden door logisch denken of analyseren, en voor rationeel ingestelde mensen kan het een kwellend concept zijn. Spiritueel 'weten' wordt bereikt door ons op specifieke wijze te concentreren en door ons emotioneel niet te hechten. Deze ontvankelijke houding is tegengesteld aan de zich terugtrekkende beweging van hebzucht (gulzigheid) en gierigheid, die Vijven behoedt voor afhankelijkheid van anderen. De taak voor Vijven is de teruggetrokken houding die hen scheidt van de essentie los te laten, zodat de vele aspecten van het spirituele weten in hun bewustzijn kunnen komen.

*Het gevolg*

Vaak heeft het kind een zeer veeleisende moeder en een vader die veel afwezig is. Er is een afstand tussen het kind en de vader. Als de vader vaak weg is, heeft het kind de moed opgegeven om ook maar iets aan hem te vragen. Het kind trekt zich terug in zijn eigen wereld en gaat nadenken over wat het precies voelt.

Een andere oorzaak kan zijn dat er vaak ruzie is tussen de ouders en dat de ouders veel tegengesteld gedrag vertonen. Dit zorgt voor een zodanige verwarring bij het kind dat het kind zich terugtrekt.

## Het Enneatype Vijf

De vorming van de persoonlijkheid van de Vijf kan al voor de geboorte plaatsvinden. Dan ervaart het kind al dat het door de moeder wordt afgewezen. Er ontstaat een geweldige angst waardoor het kind zijn gevoelens bevriest.

### *Het dilemma*

In tijden van schaarste verplaatsen we ons in het gezichtspunt van Vijven. Als we niet de energie hebben om onze behoeften te bevredigen, zetten we onze verwachtingen op een lager pitje. In een economie van schaarste leren we rond te komen met minder: minder betrokkenheid, minder goede dingen en minder emotioneel contact. Minder leidt tot meer: meer tijd, meer energie en een grotere autonomie. Minder vereenvoudigt alles. Minder wensen, minder behoeften, minder regels en verplichtingen. Als we voor een deel van onze emotionele lasten bevrijd zijn en alleen zijn met onze gedachten, zullen we, zoals Vijven, gevoed worden door de stille overvloed van onze geest.

Het huis van de Waarnemer heeft veel weg van een toevluchtsoord. Weinig zichtbaar, gecontroleerd contact en ongestoord tijd voor zichzelf. De geest wordt een goede compagnon, een vriend die hem eindeloos onderhoudt. De geest is ook een toevluchtsoord dat geheel beveiligd is tegen inbreuk. Vijven hebben geen behoefte de inhoud van hun gedachten te delen. Ze leven in hun eigen geest en kunnen daardoor in hun eigen behoeften voorzien. Waarnemers voelen zich niet gedeprimeerd, tenzij er verlangens binnensluipen.

Om een teruggetrokken leven te kunnen leiden, moet aan een aantal fysieke en emotionele voorwaarden worden voldaan. Bij een tekort hieraan zullen Vijven een aanhoudende wens voelen om dat wat ontbreekt te bemachtigen. Omdat autonomie voor hen belangrijk is, vinden Vijven het vervelend behoeften te hebben, en deze wrevel voedt hun verlangen. Het wordt voor hen een noodzaak om die persoon of die boeken of die kleine kostbaarheid die hun eenzaamheid is binnengedrongen, te bezitten. Hebzucht is een hevig verlangen om 'te bezitten', een wens die zo krachtig is dat deze het 'niet hechten' overheerst. Als deze gewoonte een automatisme wordt, stopt hun zelfobservatie. Ze vinden het vervelend dat ze gedwongen worden gevoelens te hebben. Ze willen geen behoeften hebben in hun leven. Ze proberen hun wensen los te laten, maar ze kunnen het niet. Ze hebben iets niet, ze moeten het hebben, en om het in hun bezit te krijgen moeten ze zich openstellen.

Gevangen tussen emotionele leegte en de angst door anderen verzwolgen te worden, beginnen ze contact te krijgen met hun gevoelens.

Waarnemers groeien door hun geest met hun emoties te verbinden. Ze groeien door hartstocht in hun leven te ontdekken. Als ze de spontane stroom van emoties ervaren en inzien hoe ze zich terugtrekken totdat ze zich weer leeg voelen, zijn ze vrij om te kiezen hoe ze willen reageren. Dierbaren kunnen Vijven over de angsten die opkomen als ze zich emotioneel openstellen, heen helpen door hun eigen emoties niet in de relatie in te brengen, door de behoefte van Vijven aan tijd, privacy en ruimte te respecteren, door te wijzen op hun neiging te veel te intellectualiseren en door veilige omstandigheden te creëren, waarin de Vijven zich bloot kunnen geven.

### DE SUBTYPEN

*In een-op-een relaties leidt hebzucht (gulzigheid) tot het hebben van vertrouwensrelaties*  
Vijven behouden hun privacy veelal door hun verschillende emotionele banden van elkaar gescheiden te houden. Deze gewoonte past bij een soort wellustig verlangen naar intensieve, korte, zeer betekenisvolle ontmoetingen. De hebzucht van Vijven in een-op-een relaties verwijst naar een preoccupatie met belangrijke onthullingen en emotionele banden die bestand zijn tegen perioden van afzondering. Vertrouwelingen zijn de weinigen met wie ze een wederzijds begrip hebben. Hun persoonlijke adviseur, het privé-moment, de geheime liefdesverhouding.

## Het Enneatype Vijf

Voor Vijven zijn deze speciale relaties mentale kostbaarheden. Ze kunnen ze in gedachten terughalen en in hun fantasie steeds opnieuw creëren. Ze zijn van grote betekenis, niet alleen omdat ze schaars zijn, maar ook omdat ze zo diep verankerd zijn in hun geest. Vijven van dit subtype zeggen dat ze zich aangetrokken voelen tot seksuele expressie als tegenwicht voor hun intellectualisme. Ze zeggen ook dat een vriendschap een eeuwigdurend leven in hun fantasie kan hebben, dat ze elke betekenisvolle ontmoeting opnieuw in hun gedachten kunnen oproepen. Omdat Waarnemers hun emoties toelaten als ze alleen zijn, zal een geliefde die ze in hun herinnering koesteren niet verdwijnen.

*In sociale situaties leidt hebzucht (gulzigheid) tot een preoccupatie met totems van een bepaalde groep*

De totems van een volksstam zijn de schakels tussen de enorme krachten van de natuur en de begrensde menselijk geest. Het zijn symbolen die kennis overbrengen van onze voorouders, en ze zijn het middelpunt waarin de wereld als geheel met het individuele bewustzijn samenkomt.

De preoccupatie van Vijven met de geest als een bron van macht kan uitgroeien tot een hartstochtelijk zoeken naar 'kennis die macht geeft'. Vijven van het sociale subtype uiten hun hebzucht (gulzigheid) in hun interesse voor ideeën en mensen die de cultuur beïnvloeden. Voor mensen die 'in hun hoofd leven' is intellectueel meesterschap erg aantrekkelijk. Als ze het juiste model goed begrijpen, kunnen ze de ware betekenis van gebeurtenissen vatten. Vijven die gericht zijn op totems voelen zich aangetrokken tot studiemodellen die veelomvattende verklaringen voor sociale krachten voortbrengen: Politieke voorspellingen, analyse van de effectenhandel, psychoanalyse en het Enneagram, model van het bewustzijn. Het is een manier om uitwendige gebeurtenissen te voorspellen via de geest. Kennis is macht en een gewaarschuwd man telt voor twee. Ze voelen zich beschermd door de informatie van ingewijden.

*Als het gaat om zelfbehoud leidt hebzucht (gulzigheid) tot de gerichtheid op een toevluchtsoord (huis)*

Vijven zijn geneigd hun contacten en bezittingen beperkt te houden. Een beetje luxe kan al verkwistend lijken. Ze zijn de minimalisten van het Enneagram. Ze stellen er eer in met erg weinig toe te kunnen, dus het weinige dat ze bezitten en bij zich hebben, is belangrijk. Hun onafhankelijkheid wordt bepaald door een eigen plek waar ze zich kunnen terugtrekken en waar ze, omgeven door vertrouwde bezittingen, kunnen nadenken. Het huis biedt bescherming voor nieuwsgierige ogen, belastende ontmoetingen en zware verantwoordelijkheden.

Privé-tijd en ruimte voor zichzelf kunnen even noodzakelijk voelen als zuurstof. In plaats van geld of bezittingen vergaren de meeste Waarnemers essentiële informatie. Het lijkt vanzelfsprekend zuinig te zijn met het gebruik van waardevolle dingen. Zuinig zijn betekent onafhankelijkheid. Als ze er nu aan denken om te sparen, hoeven ze in de toekomst niet zonder te zitten. Als ze genoeg voor zichzelf hebben, zullen ze niet afhankelijk van anderen worden. Zelfs in tijden van overvloed kunnen zelfbehoudende Vijven gierig voor zichzelf zijn. Ze voelen zich prettig bij onthouding en bij met minder toekomen, omdat het hen bevrijdt van de persoonlijke verwickelingen die inherent zijn aan het streven naar meer.

*De Kind-ziel van de Vijf*

In iedere, in zichzelf opgesloten, teruggetrokken en stille Vijf leeft een kleine Acht-kind-ziel die ervan droomt om zijn gelijk te halen en een oneindige hoeveelheid bekers ijs te verorberen. Deze kind-ziel geniet van laag en vuil spel, van het uit te knokken met de andere kinderen en zich wellustig in het leven onder te dompelen.

## Het Enneatype Vijf

Zijn kind-ziel kan zich laten zien als hij de andere bestuurders vervloekt in de beslotenheid van zijn eigen auto, als hij onder het kijken naar een voetbalwedstrijd op televisie naar de scheidsrechter schreeuwt, of als hij onder het luisteren naar het avondnieuws alle politici uitmaakt voor oplichters. De kind-ziel van een Vijf kan een kleine bullebak en een kleine fanaticus zijn, ervan overtuigd dat hij het bij het rechte eind heeft en niet ontvankelijk voor enige andere mogelijkheid. Hij kan defensief en ontkennend doen over een bespeurde zwakte en agressief reageren als er aan hem wordt getwijfeld. Hij kan bestraffend en rancuneus zijn en de rekening willen vereffenen met degene die hem volgens hem tekort hebben gedaan.

Voor een Vijf kan het een beproeving zijn om deze neigingen van zijn kind-ziel te erkennen en toe te staan, aangezien ze staan voor een flinke en enthousiaste verhouding met het leven die op hem zeer bedreigend overkomt. Als kind werd zijn hartgrondige en gepassioneerde verhouding met het leven om de een of andere reden niet ondersteunt. Zijn animo en levendigheid, zijn kracht en moed, zijn belichaming van het essentiële aspect van de 'Kracht', werden getemperd. Het is goed mogelijk dat de rancuneuze en zichzelf willen wrekende neigingen van zijn kind-ziel, als deze aan het licht begint te komen, het antwoord zijn van zijn ziel op deze verstikking. Als reactie op het feit dat zijn 'Kracht' niet werd toegestaan, heeft een Vijf zich teruggetrokken en zichzelf afgesneden van zijn eigen vitaliteit. Als een Vijf toestaat dat zijn wellustige en dynamische kind-ziel aan de oppervlakte komt, zal hij langzaam maar zeker weer in contact komen met zijn levendigheid en zal hij zich steeds meer deel voelen uitmaken van het leven zelf. Als hij zijn kind-ziel integreert, wordt zijn weten meer belichaamd en omvattend, aangezien zijn hart en zijn buik er ook bij betrokken raken. Als hij contact maakt met de moed voor een confrontatie met het onbekende, zal zijn leven steeds meer een opwindend en aantrekkelijk avontuur worden waar hij zich met hart en ziel in onderdompelt.

Afweermechanismen gebaseerd op verdringing van Schuld/Woede, Schaamte of Angst  
Isolatie en segmentatie, mechanismen van de VIJF, de Waarnemer

Afweer op het gevoel/impuls van angst

De Waarnemer (of Observator) zal isolatie gebruiken om zich te verbergen.

Isolatie of loslaten ('detachment') is een afweermechanisme waarbij de gevoelens worden losgelaten. Het is een effectief mechanisme om tijdelijk geen emoties te ervaren, en koelbloedig op een situatie te kunnen reageren. Het gevoel dat hierbij wordt ervaren door de Waarnemer is er een van onkwetsbaarheid, van niet geraakt kunnen worden. Doordat het gevoel wordt losgelaten ten behoeve van waarneming en van de analyse van het waargenomen is de interactie met de buitenwereld vooral rationeel. Er is een continue interpretatie van de huidige en toekomstige situaties in de vorm van modellen, van theorieën en van andere filters. Deze filters en rationele verklaringen voor wat er gebeurt in de omgeving geven de Waarnemer een gevoel van veiligheid. Wat wordt weggehouden uit het bewustzijn is 'leegte', ofwel situaties die niet gefilterd of verklaard kunnen worden. Dit soort situaties maken de Waarnemer onrustig en geven hem het gevoel niet voorbereid te zijn op wat er gaat komen.

Segmentatie is een vorm van isolatie, waarbij de waarnemer mensen waarmee hij of zij contact heeft onderling niet met elkaar laat kennis maken. Collega's van het werk, kennissen en vrienden uit hobby's of sport en andere privé-omgevingen worden door de waarnemer onbewust van elkaar gescheiden. Ze zullen niet van elkaars bestaan afweten via de Waarnemer.

Deze scheiding geeft een gevoel van zekerheid bij de Waarnemer en draagt bij tot de geslotenheid en soms wat geheimzinnigheid van dit persoonlijkheidstype. Isolatie zal, indien deze te lang wordt volgehouden, een gevoel geven van isolement en vervreemding.

## Het Enneatype Vijf

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 Vijf:

- Kan goed alleen zijn
- Heeft briljante ideeën
- Houdt van duidelijke afspraken
- Werkt goed met een tijdsindeling en omschrijving van verantwoordelijkheden
- Kennis is macht
- Specifieke informatie is de sleutel
- Kan met heel weinig overleven en zich met nog minder behelpen
- My home is my castle
- Kan de verschillende levensgebieden goed van elkaar scheiden
- Weet moeilijkheden te vermijden
- Kan heel spiritueel zijn
- Liefde en haat liggen dicht bij elkaar en kunnen vermeden worden
- Wil emotionele controle
- Kan een gebeurtenis, boek of lezing in een regel samenvatten
- Is een uitstekende waarnemer



## Het Enneatype Vijf

Reactie op Stress

De Vijf gaat naar Zeven.

*De afstandelijke Vijf wordt op de Zeven opeens hyperactief en verstrooid*

Vijven proberen met stress om te gaan door hun focus hoe langer hoe meer te versmallen en zich terug te trekken in de veilige omgeving van hun hoofd. Wanneer deze copingstrategie hun angst niet kan verlichten, kunnen ze de stap naar de Zeven zetten. Zij reageren op hun isolement door zich impulsief in activiteiten te storten. Ze worden rusteloos en geagiteerd; hun denkwereld schakelt in een hogere versnelling en ze gaan zichzelf dwangmatig van hun groeiende angsten afleiden. Uit angst geen veilige plek te vinden kunnen zij zich daarnaast versnipperen in hun bezigheden. Net als gemiddelde Zevens stappen ze voortdurend van de ene in de andere activiteit, van het ene idee op het volgende, maar ze lijken niets te kunnen vinden wat hen aanspreekt.

Nadat ze zich afgesneden hebben van hun zinnelijke en koesterende behoeften, leven zij zich uit door ongedifferentieerd naar stimulatie en ervaring te zoeken. Over het algemeen heeft deze afleiding weinig te maken met hun beroepsmatige activiteiten. Zij kunnen de ene film na de andere gaan zien, het op een zuipen zetten, aan de drugs gaan of zich storten in seksuele escapades. Zij kunnen heimelijk allerlei louche tenten bezoeken, waarvan mensen die hen kennen nooit verwachten hen daar aan te treffen.

Onder extreme stress verweren Vijven zich tegen hun angsten door agressief en ongevoelig te worden in hun najagen van allerlei verlangens, en door het gebruik van middelen. (Net zoals minder gezonde Zevens).

De rode vlag: de Vijf in de nesten

*Rode vlag: De angst nooit een plaats te zullen vinden in de wereld of bij mensen.*

Als Vijven gedurende langere tijd onder extreme stress staan, als ze een ernstige crisis hebben doorgemaakt, zonder adequate steun of copingvaardigheden, of als zij in hun jeugd chronisch mishandeld zijn, kunnen ze het shockpunt passeren en kunnen zij de val maken naar de ongezonde aspecten van hun type. Dit kan ertoe leiden dat ze tot het beangstigende inzicht komen dat ze door de projecten die zij hebben nagestreefd en de levenswijze die zij voor zichzelf gecreëerd hebben, feitelijk hun kansen verknallen om een echte veilige plek voor zichzelf te vinden. Hun angst kan dan voor een deel gegrond zijn. Deze bewustwording kan een keerpunt betekenen. Op het moment dat de Vijf de waarheid in deze angsten inziet, kan hij de weg naar gezondheid en bevrijding inslaan. Aan de andere kant echter zou hij ook alle banden met anderen definitief kunnen verbreken. Hij keert de wereld de rug toe en isoleert zich nog meer, zodat hij gevrijwaard blijft van alle inbreuken en zijn gedachtegang tot een 'logische conclusie' kan volgen. Hij raakt dieper in zijn negatieve, zelfdestructieve gedachtespiraal ('iedereen kan naar de maan lopen en niemand zal mij ooit nog kwetsen!') Deze afzondering ondermijnt zijn laatste restje zelfvertrouwen.

Als de Vijf 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 Vijf

## Waarschuwingssignalen voor de Vijf in nood

Potentiële pathologie:

Schizoïde, schizotypische en ontwijkende persoonlijkheid, psychotische instortingen, dissociatie, depressie en zelfmoord.

- Toenemende tendens om zich te isoleren
- Chronische lichamelijke verwaarlozing, verlopen uiterlijk
- Chronische en ernstige slapeloosheid, nachtmerries, slaapstoornissen
- Toenemende excentriciteit, verlies van belangstelling voor sociale vaardigheden
- Verwerping van hulp, of vijandigheid tegenover hulp
- Verwongen percepties, hallucinaties
- Suïcidale uitingen

De Vijf in rust en zijn prestatiepunt (de integratierichting)

De Vijf gaat naar Acht.

*De hebzuchtige, afstandelijke Vijf wordt zelfverzekerder en resoluter, zoals gezonde Achten.*

Vijven verwerken zichzelf en blijven gezond door, zoals geïntegreerde Achten, te leren opnieuw contact te maken met hun lichaam en hun instincten. Zelfvertrouwen, het gevoel vol, sterk en capabel te zijn, vindt zijn basis in de instinctieve energie van het lichaam, in plaats van in mentale structuren. Vijven groeien door hun hoofd te verlaten en in diepere verbinding met hun lichamelijkeheid en vitaliteit te komen.

Een groter contact met hun lichaam maakt in de Vijf een enorme angst los. Zij hebben het gevoel dat zij hun enige verdediging (het hoofd) erdoor verliezen. Voor hun is het hoofd betrouwbaar en onaantastbaar, terwijl zij het lichaam als zwak, kwetsbaar en onbetrouwbaar ervaren. Ook kunnen, door contact met hun lijf, sterke gevoelens van pijn en verdriet over hun lange isolement in hun bewustzijn doordringen. Alleen door in hun lichaam geaard te zijn, kunnen zij in zichzelf de steun vinden om deze reeds lang onderdrukte gevoelens te verwerken.

Als ze leren bij hun instinctieve energie te blijven, in plaats van in de verantwoordelijkheid te vluchten door afstand te nemen, participeren Vijven voller in hun wereld en passen hun kennis en vaardigheid op directe praktische problemen toe. Zij vinden de kracht in zichzelf om grote uitdagingen aan te gaan en vaak een leidersrol op zich te nemen. Anderen voelen intuïtief aan dat Vijven, gespeend van eigenbelang, naar positieve oplossingen zoeken. Zij steunen hen daarom graag in projecten.

Door zich in de wereld te begeven, verliezen Vijven niet hun mentale vermogens of hun deskundigheid, die zij tijdens hun isolement gecultiveerd hebben. In plaats daarvan kanaliseren zij die talenten strategisch en constructief, zoals gezonde Achten.

Met pogingen om de trekken van een gemiddelde Acht te imiteren schieten zij echter niets op. Door zich te richten op zelfbescherming, zich los te maken van hun kwetsbaarheid en relaties als confrontaties te zien, lossen zij hun emotionele onthechting en gevoelens van sociaal isolement niet op.

Maar als Vijven direct beginnen te ervaren en te werken via hun identificatie met het hoofd, zullen de kracht, de wilskracht en het zelfvertrouwen van de gezonde Acht zich ook bij hen vanzelf ontplooien.

## Het Enneatype Vijf

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

Niveaus van ZIJN voor de Vijf

Ongezond, Niveau 1 Kern = Vergetelheid zoekend, zelfvernietigend

Denkend dat zij zich niet langer kunnen verdedigen tegen hun pijn en doodsangsten, verlangen ongezonde Vijven ernaar aan de werkelijkheid te ontsnappen. In sommige gevallen proberen zij dat te bereiken door psychotische instortingen of door schizoïde terugtrekking. Ze kunnen ook ontsnappen door te proberen zelfmoord te plegen.

Ongezond, Niveau 2 Kern = Dubbelhartig, opportunistisch

Vijven voelen zich zo klein en hulpeloos dat bijna alles ze bedreigend voorkomt. Zij laten zich meeslepen door duistere fantasieën en zonderlinge visies. Ze verzetten zich tegen alle hulp, verbergen zich voor mensen en zijn ten prooi aan ijlende nachtmerries en slapeloosheid. Zij kunnen hun op hol geslagen, malende gedachten niet meer stilzetten.

Ongezond, Niveau 3 Kern = Nihilistisch, excentriek

Ongezonde Vijven zijn bang dat zij niet capabel genoeg zijn om een plaats in de wereld te vinden, wat inderdaad zo zou kunnen zijn. Om enige zekerheid te verwerven, verbreken zij alle banden met de wereld en trekken zich terug in een geïsoleerde en in toenemende mate lege wereld. Ze worden diep sceptisch ten aanzien van het bestaan van het 'goede' in het universum. Ze verwerpen al hun behoeften op de allerfundamenteelste na, maar worden nog steeds door angst achtervolgd.

Gemiddeld, Niveau 4 Kern = Extreem, provocerend

Vijven zijn bang dat anderen de door hen gecreëerde niche zullen bedreigen en ze proberen daarom anderen uit alle macht af te wimpelen. Ze verfoeien het schijnbare zelfvertrouwen en de kalmte van anderen en mogen graag hun opvattingen ondermijnen. Hun eigen ideeën kunnen bizar en verontrustend zijn en zij schimpen op iedereen die hen niet kan begrijpen.

Gemiddeld, Niveau 5 Kern = Onthecht, gepreoccupeerd

Vijven maken zich bezorgd dat andermans behoeften hen van hun projecten zullen afleiden, dus sluiten zij zich af voor 'inbreuken' door hun mentale activiteit te intensiveren. Zij minimaliseren hun behoeften en worden fijnbesnaard, cerebraal en gesloten. Ze brengen meer tijd op zichzelf door en geven zich over aan gespeculeer en het uitwerken van alternatieve werkelijkheden.

Gemiddeld, Niveau 6 Kern = Conceptualiserend, voorbereidend

Vijven worden bang dat hun vaardigheden ontoereikend zijn en zij zich nog meer moeten voorbereiden alvorens zij hun plaats in de wereld kunnen innemen. Ze zijn op tal van terreinen onzeker over zichzelf en trekken zich liever terug in de veilige omgeving van hun hoofd. Ze studeren, oefenen en verzamelen meer kennis, middelen en vaardigheden.

Gezond, Niveau 7 Kern = Gefocust, innovatief

Vijven versterken hun zelfbeeld door een bepaald kennisgebied of vaardigheden te leren beheersen, waardoor ze menen competent en sterk te zijn. Ze zijn er niet opuit om met anderen te wedijveren; liever verkennen ze nieuwe ideeën en vormen. Hun 'gespeel' kan resulteren in oorspronkelijke ideeën, uitvindingen en kunst.

Gezond, Niveau 8 Kern = Opmerkzaam, scherpzinnig

Door zich op de omgeving te richten hopen Vijven voldoende zelfvertrouwen te vinden om erin te functioneren. Daarnaast proberen zij zich door het ontwikkelen van vaardigheden te verdedigen tegen hun basisangst. Zelfbeeld: Ik ben slim, nieuwsgierig en onafhankelijk.

## Het Enneatype Vijf

Gezond, Niveau 9      Kern = Participerend, visionair

Vijven laten het geloof los dat zij gescheiden zijn van de omgeving, een waarnemer aan de zijlijn, en kunnen daardoor met vertrouwen in het leven participeren. Paradoxaalwijs verwezenlijken ze tevens hun basisverlangen: capabel en competent te zijn en in de wereld te kunnen leven. Ze zijn helder van geest, wetend, diepzinnig en meelevend.

HOE KAN DE WAARNEMER ZICH ONTPLOOIEN?

- Merk op wanneer je anderen niet in je gedachten en emoties laat delen.
- Observeer hoe je kennis, tijd, energie, privacy en persoonlijke ruimte voor jezelf behoudt.
- Zie de rol die controle speelt in het censureren van informatie en het segmenteren van relaties.
- Observeer dat denken de plaats in kan nemen van het ervaren van emoties en lichamelijke sensaties.
- Trek de opvatting dat gevoelens automatisch tot pijn leiden in twijfel.
- Neem het verschil waar tussen ideeën en ervaringen.
- Denk na over wat geheimhouding, superioriteit en afzondering voor je betekenen.
- Leer om te gaan met spontaniteit en niet-geplande activiteiten.
- Ervaar het verschil tussen gevoelens die opkomen als je alleen bent en het gebrek aan gevoelens in het directe contact met anderen.
- Ga na waarom je geen emoties wilt tonen.
- Zoek manieren om je te laten zien, je open te stellen en te participeren in plaats van je terug te trekken.
- Besef dat je terugtrekkende krachten de ander in de rol van initiatiefnemer plaatsent.
- Zoek manieren om je lichaam en hart met je geest te verbinden.