

Zur motivationalen Theorie der Subtypen im Enneagramm

von Maria-Anne Gallen u.a.*

Von deiner Geburt bis zu deinem Tod wird dein Leben beherrscht von
Illusionen.

Täglich versuchst du, am Futtertrog deinem Nächsten mit den
Ellenbogen zuzusetzen.

(Kodo Sawaki, ZEN-Roshi)

Reduktion von Existenzängsten als Grundmotivation der Untertypen

Die motivationale Energie der Subtypen (Untertypen, engl. subtypes) repräsentiert den natürlichen Überlebens-Instinkt des Subjekts (ICH). Man könnte auch sagen „Ich gegen den Rest der Welt“. So funktioniert das darwinistische Auslese- und Überlebensprinzip: Jeder "Artgenosse" ist bestrebt, seine Existenzängste zu vermindern und sein eigenes Überleben zu sichern.

Dieser Ur-Instinkt basiert darauf, dass sich das Subjekt (ICH) *getrennt* vom Rest der Welt erlebt und diese Welt tendenziell als Kampfplatz des Überlebens wahrnimmt. Die Artgenossen und -genossinnen sind unsere Konkurrenten, im Ausleseverfahren werden die (genetischen) Schwächen ausgemerzt.

Philosophisch/spirituell könnte man das auch als den "Sündenfall" bezeichnen. Weil der Mensch aus der Einheit mit Gott herausgefallen ist, bzw. aus dem Paradies vertrieben wurde, beginnt der "Brudermord". Biblisch erschlägt Kain seinen Bruder Abel. Anders ausgedrückt: Die Menschen fangen an, sich gegenseitig zu bekämpfen und zu verletzen, weil sie sich nicht mehr in Gemeinschaft und Einheit erleben können.

Thesen, die aus dieser Sichtweise gefolgert werden können:

- Der Überlebens-Instinkt dient der Reduktion von Existenzangst
- Der Überlebens-Instinkt sieht den Mitmenschen grundsätzlich in Konkurrenz und erzeugt ein Kampf-Geschehen – das eigene ICH will sich (gegen andere) durchsetzen

In der Enneagramm-Tradition (Ichazo, Naranjo, Palmer) werden drei Ur-Instinkte des Menschen unterschieden: Der *selbsterhaltende*, der *sexuelle* und der *soziale* Instinkt. Es wird davon ausgegangen, dass jeweils einer dieser Instinkte vorherrschend ist und daher den ursprünglichen Enneagramm-Typ auf eine spezifische Weise "einfärbt".

Ichazo und Naranjo haben dazu Begrifflichkeiten formuliert, die auch als sog. "Hilfsleidenschaften" bezeichnet werden. Unter Einbeziehung der Instinkt-Theorie werden also aus den neun Ennea-Typen 27 Subtypen, wobei immer drei das gleiche Ennea-

* © Maria-Anne Gallen, 2011. Dieses Skript ist mit Unterstützung durch andere Personen in einem XING-Internet-Forum entstanden. Besonders bedanke ich mich dafür bei Felizitas Conrath und Mara Simon-Jörg (Moderatorinnen des Forums). In die Ausformulierung der einzelnen Subtyp-Beschreibungen sind darüber hinaus Texte von Claudio Naranjo und Helen Palmer eingeflossen. Es handelt sich hier um ein Arbeitspapier, das weiterentwickelt werden kann und sollte. Dazu habe ich ein WIKI-Projekt gestartet, an dem jede/r teilnehmen kann, der Interesse hat. Bitte bei mir melden: MAGallen@web.de

Muster repräsentieren. Außerdem wird dort gelehrt, dass es eine *Rangfolge* in der Ausprägung der Instinkte gibt: Neben dem dominanten Instinkt einen, der an zweiter Stelle kommt und den dritten, der in der Regel *unterentwickelt* ist.

Drei Arten des Über-Lebens

Zugrunde liegende Motivationen sind nicht absichtsvoll, es sind uns (bis dato) verborgene Beweggründe. In der Subtypenlehre wird eine Motivationsebene beschrieben, die tiefer liegt und archaischer ist als die Ebene der Leidenschaften und Fixierungen.

Um sich das deutlich zu machen genügt es, sich in die Vorgänge im Tierreich einzufühlen: Man muss nur einmal einem Wurf Katzen zusehen, die sich um die nährenden Milchzitzen ihrer Mutter rangeln und wie sie sich festsaugen, wenn sie mal eine im Mund haben! Wenn eines zu schwach ist, sich da durchzusetzen, dann würde es in der freien Wildbahn sofort sein Leben verlieren.

Diese Instinkte dienen also dem Leben, besser noch: dem Über-Leben. Sie sind tief in uns verankert und springen einfach an, auch in unserer Welt des Überflusses - uralte Programme.

In der Enneagramm-Subtypen-Lehre werden drei Überlebens-Instinkte unterschieden: Der selbsterhaltende Instinkt, der Beziehungs-Instinkt (sexuell) und der Gemeinschaftsinstinkt (sozial). Sie gehen jeweils ein bisschen anders vor, verfolgen andere Strategien im Wettkampf mit den Artgenossen:

Menschen, bei denen der selbsterhaltende Instinkt im Vordergrund steht, sorgen zunächst mal gut für sich. Sie folgen einem inneren Programm, das der Überzeugung ist: "Wenn ich nicht mich selbst rette, dann tut es keiner!"

Am trickreichsten erscheinen die Beziehungs-Subtypen in menschlichen Gemeinschaften: Sie tun so, als würden sie sich um das Wohl der anderen kümmern, dabei geht es auch ihnen nur um sich selbst. Sie versuchen, sich abzusichern, indem sie enge und feste 1:1-Beziehungen eingehen, auf die sie sich in der Not verlassen können.

Der Gemeinschafts-Instinkt ist ein wenig anders gepolt: Nur wenn ich möglichst viele Beziehungen habe und gut und sicher in meinem sozialen Kontext, meiner peer-group, aufgehoben bin, dann werde ich überleben.

Entwicklungspsychologische Überlegungen zum Überlebens-Instinkt

Entwicklungspsychologisch kann man diese drei Instinkte auch als drei Stufen der Ich-Organisation betrachten, die sich aufeinanderfolgend in den ersten Lebensjahren eines Kindes entwickeln. Nach Robert Kegan (1994)¹ unterscheiden sie sich unter anderem durch verschiedene Subjekt-Objekt-Organisationen, oder anders ausgedrückt: Die Grenzen des Subjekts, wo ICH aufhört und die Welt anfängt, werden sehr unterschiedlich wahrgenommen.

¹ Kegan, R.: Entwicklungsstufen des Selbst. München, 1994, 3.Aufl.

In der ersten Phase, Kegan nennt das das "einverleibende Selbst", gibt es noch keine Unterscheidung zwischen Ich und Welt, alles ist Subjekt. Es wird davon ausgegangen, dass das kindliche Erleben bis etwa zum ersten Lebensjahr noch nicht zwischen außen und innen in seinem Erleben unterscheiden kann. Alle Eindrücke werden als *subjektiv* (zum Ich gehörig) erlebt. Aus diesem Erleben heraus bin ICH mir natürlich selbst am nächsten, was auch den *selbsterhaltenden* Instinkt charakterisiert.

In der zweiten Phase, die etwa mit der sog. "Achtmonats-Angst" (Unterscheidung zwischen fremden und vertrauten Personen) beginnt, formt sich die Fähigkeit, zwischen ICH und DU, zwischen mir und einer anderen Person zu unterscheiden. Das "Objekt", die "Welt" sind andere Personen, die im kindlichen Erleben für die Versorgung und Zuwendung zuständig sind. Kegan nennt diese Stufe das "impulsive Selbst": Das Kind erlebt sich in seinen Impulsen (Hunger, emotionale Bedürfnisse, Wut etc.) und bekommt entsprechende Reaktionen (oder nicht) aus seiner wahrgenommenen Um-Welt. Es lebt sehr stark in dieser personalen Beziehungswelt. Aus diesem Erleben heraus ist das Überleben des ICH von den unmittelbaren Bezugspersonen abhängig, was auch den *Beziehungs-Instinkt* kennzeichnet.

Die dritte Phase der Ich-Entwicklung, nach Kegan das "autonome Selbst", die etwa mit Eintritt ins Kindergartenalter beginnt, hat einen deutlich erweiterten Welt-Bezug: Die peer-group der Gleichaltrigen und die eigene Beziehung zu Autoritäten (hierarchische Konstellationen) treten ins Erleben hinzu und werden wichtig. Das Kind erlebt sich nun als Teil von Gemeinschaften: Familie, Kindergartengruppe, Spielgemeinschaft, später Schulklasse. Hier wird zunehmend wichtig, wie ICH sich in der Gemeinschaft absichern und verankern kann - das Kennzeichen des *Gemeinschafts-Instinkts*.

Beziehungs-Weisen der drei Instinkt-Typen

Der *selbsterhaltende* Instinkt-Typ hat eine Tendenz, in Konfliktsituationen die Bedürfnisse und Standpunkte der anderen auszublenden. Wenn er kritisiert wird, stellt ihn das als ganze Person in Frage, die Kritik wird als niederschmetternd erlebt. Er begibt sich dann schnell in eine Abwehr- oder Schutzhaltung.

Der *Beziehungs*-Subtyp reagiert sehr empfindlich auf persönliche Zurückweisungen. Da Beziehungen und feste Bindungen sein vorherrschendes Sicherheitssystem bilden, ist es ihm wichtig, dass dort alles in Ordnung ist. Er versucht, in seinen persönlichen Beziehungen möglichst immer *auf Augenhöhe* mit dem anderen zu sein. Weil er selbst sehr viel in Beziehungen investiert, fühlt er sich leicht von Beziehungspartnern missbraucht, die das nicht machen (selbsterhaltend, sozial).

Der *Gemeinschafts*-Subtyp hat eine Tendenz, Hierarchien in seinen persönlichen Beziehungen zu leben. Er ist gern der Boss, Anführer oder eine Leitfigur. Zu Menschen, die für ihn eine Autorität darstellen, verhält er sich eher devot. Er kann auch zwischen beiden Haltungen hin- und herpendeln. In seinem Bindungsverhalten besitzt er die Neigung, (ödpale) Dreiecke zu erzeugen.

Wandlung der Instinkte

Nach Claudio Naranjo (mündlich, 1996) balancieren sich die drei Instinkte mit zunehmender Reife eines Menschen aus. Außerdem können sie in "höhere Instinkte" transformiert werden.

Wenn der Instinkt sich wandelt (transformiert wird), dann dient er zunehmend dem Leben aller, nicht mehr nur dem eigenen Überleben. Die Trennung/der Kampf hört auf:

- Was für mich gut ist, ist dann auch für alle anderen gut (selbsterhaltend).
- Die Beziehungen, die mich unterstützen, unterstützen dann auch alle anderen (Beziehungen), wir ziehen dann alle an einem Strang, wollen dasselbe.
- Meine Stellung in der Gruppe und Gesellschaft und meine Verbindungen („Vitamin B“, Seilschaften), kommen auch allen anderen zugute (Gemeinschaft).

Tabelle zu den motivationalen Aspekten der 27 Enneagramm-Subtypen®

Existenzielle Bedrohung	Selbsterhaltungs-Instinkt	Beziehungs-Instinkt (sexuell)	Gemeinschafts-Instinkt (sozial)
ZWEI Bedürfnis bedroht	<i>Privileg (Vorteilsstreben)</i> Angstreduktion durch Sorgen für die eigenen Bedürfnisse (ich zuerst) - nur wenn ich mich selbst darum kümmere, wird mein existenzielles Bedürfnis befriedigt	<i>Verführung</i> Angstreduktion durch Manipulation der anderen, meine Bedürfnisse zu befriedigen - nur wenn ich den anderen persönlich für mich einnehmen kann, werden meine Bedürfnisse befriedigt	<i>Ehrgeiz</i> Angstreduktion durch Einflussnahme auf gesellschaftlich wichtige Personen - nur wenn ich die wichtigen/mächtigen Personen für mich einnehmen kann, werden meine Bedürfnisse befriedigt
DREI Selbstwert bedroht	<i>Sicherheit</i> Angstreduktion durch Streben nach materieller Sicherheit - nur wenn ich gut für mich sorgen kann, bin ich etwas wert	<i>Persönliche Zuwendung*</i> Angstreduktion durch Streben nach Akzeptiertsein (Zuwendung) in Beziehungen - nur wenn die anderen positiv auf mich reagieren, bin ich etwas wert *urspr. <i>Männlichkeit/Weiblichkeit</i>	<i>Prestige</i> Angstreduktion durch Streben nach öffentlichem Ansehen - nur wenn die Allgemeinheit (Öffentlichkeit) positiv auf mich reagiert, bin ich etwas wert
VIER Selbst bedroht	<i>Zähigkeit/Durchhalten</i> Angstreduktion durch Aushalten (des Schmerzes) am Rande des Abgrunds - nur wenn ich stoisch alle Schwierigkeiten ertrage, bin ich	<i>Hass, Konkurrenzkampf</i> Angstreduktion durch Wettbewerb mit den (beneideten) anderen - nur wenn ich mich gegen alle Mit-Konkurrenten behaupten kann, bin ich	<i>Scham/Selbsterniedrigung</i> Angstreduktion durch selbst-abwertendes Vergleichen im sozialen Kontext - nur wenn ich mich kleiner fühle als die anderen und mich selbst erniedrige, bin ich

Existenzielle Bedrohung	Selbsterhaltungs-Instinkt	Beziehungs-Instinkt (sexuell)	Gemeinschafts-Instinkt (sozial)
FÜNF <i>Sicherheit bedroht</i>	<i>Heim</i> Angstreduktion durch Rückzug an einen sicheren Zufluchtsort - nur wenn ich in mir und außerhalb eine verlässliche Rückzugsmöglichkeit habe, bin ich sicher	<i>Vertrauen, Zuversicht</i> Angstreduktion durch Rückzug in eine oder einige wenige verlässliche Beziehung(en) - nur wenn es einen oder einige wenige Menschen in meinem Leben gibt, denen ich blind vertrauen kann, bin ich sicher	<i>Totem</i> Angstreduktion durch Rückzug in eine (idealisierte) geistige Welt - nur wenn ich mit meinen Bestrebungen in einem höheren Sinn aufgehen kann, bin ich sicher
SECHS <i>(Selbst)Vertrauen bedroht</i>	<i>Anpassung*</i> Angstreduktion durch Anpassung an die Umgebung und Anpassung der Umgebung an sich selbst - nur wenn ich lieb und freundlich (warm) bin, kann ich mir und den anderen vertrauen urspr. <i>Wärme</i>	<i>Stärke/Schönheit</i> Angstreduktion durch Demonstration von Stärke (kontraphobische Variante) - nur wenn ich die anderen (Beziehungspartner) einschüchtern kann und sie mich als stark empfinden, kann ich mir und ihnen vertrauen	<i>Pflicht</i> Angstreduktion durch Orientierung an Gesetzen und gesellschaftlichen Normen - nur wenn ich mich gewissenhaft an alle Regeln halte und meine Pflicht erfülle, kann ich mir und der Welt vertrauen
SIEBEN <i>(Lebens)Genuss bedroht</i>	<i>Familie/Gleichgesinnte (Palmer)</i> Angstreduktion durch Streben nach Halt und Sicherheit im Kreise von positiven Vertrauten - nur wenn ich aus meinem engsten Beziehungsfeld alles Unangenehme ausschließen kann, ist mein Lebensgenuss gesichert	<i>Beeinflussung/Faszination (Palmer)</i> Angstreduktion durch genussorientierten Optimismus in Beziehungen - nur wenn ich meine Mitmenschen mit meiner Begeisterung anstecken und von meinen Ideen überzeugen kann, ist mein Lebensgenuss gesichert	<i>Opferbereitschaft (Kontra-Typ)</i> Angstreduktion durch Abwehr des eigenen "inneren Völlers" - nur wenn ich härter arbeite als alle anderen und mich für das Gemeinwohl aufopfere, ist mein Lebensgenuss gesichert

Existenzielle Bedrohung	Selbsterhaltungs-Instinkt	Beziehungs-Instinkt (sexuell)	Gemeinschafts-Instinkt (sozial)
ACHT <i>Kontrolle bedroht</i>	<i>Befriedigung</i> Angstreduktion durch Streben nach Selbstbestimmung - nur wenn ich mein Leben selbst sichern und mir meine eigenen Bereiche schaffen kann, dann behalte ich die Kontrolle	<i>(besitzergreifende) Dominanz*</i> Angstreduktion, indem der zentrale Raum in Beziehungen eingenommen wird - nur wenn ich den ganzen Raum mit meiner Vitalität füllen kann und ich den anderen so "besitze", dann behalte ich die Kontrolle <i>*urspr. Besitz/Hingabe</i>	<i>Einsatz für alle*</i> Angstreduktion, indem immer der eigene Wille durchgesetzt wird - nur wenn ich für alle bessere Verhältnisse schaffen kann, dann behalte ich die Kontrolle <i>*urspr. Freundschaft</i>
NEUN <i>Dasein bedroht</i>	<i>Appetit</i> Angstreduktion durch Streben nach Ersatzbefriedigungen - nur wenn ich (real oder im übertragenen Sinne) meinen Bauch fülle, erlebe ich mich im Dasein	<i>Verschmelzung, Vereinigung</i> Angstreduktion durch Streben nach Verschmelzung mit den anderen - nur wenn ich mit den anderen eins werde, erlebe ich mich im Dasein	<i>Teilnahme, Partizipation</i> Angstreduktion durch Teilnahme an sozialen Gruppen und der Gesellschaft - nur wenn ich Teil einer Gemeinschaft werde, erlebe ich mich im Dasein
EINS <i>Ideal (Vollkommenheit) bedroht</i>	<i>(sich) Sorgen (machen)</i> Angstreduktion durch grüblerische Beschäftigung mit den Unvollkommenheiten des eigenen Lebens - nur wenn mein Leben in Ordnung ist, kann ich meine Ideale verwirklichen	<i>Eifer/Eifersucht</i> Angstreduktion durch perfektionistisches Streben in den eigenen Beziehungen - nur wenn meine persönlichen Beziehungen in Ordnung sind, kann ich meine Ideale verwirklichen	<i>Nicht-Anpassung</i> Angstreduktion durch Verweigerung der Anpassung an gesellschaftliche Forderungen - nur wenn ich von allen gesellschaftlichen Normen befreit bin, kann ich meine Ideale verwirklichen
		* Bei den so gekennzeichneten Überschriften wurden neue Begrifflichkeiten eingeführt, die von den überlieferten sog. "Hilfsleidenschaften" nach Naranjo/Ichazo abweichen	

ENTWURF

07.03.2011 Lin

EMT Ritschweier März 2011, Zeitplan

Freitag 11. März 2011

<i>Uhrzeit</i>	<i>Was</i>	<i>Wer</i>
15:00 bis 15:30	Ankunft	
15:30 bis 16:00	Kaffee und Kuchen	
16:00 bis 16:15	Eröffnung	
16:15 bis 18:00	Interessen – Gruppen	Offener Raum
18:00 bis 19:00	Abendessen	
19:00 bis 20:00	Interessen – Gruppen	Offener Raum
Ab ca. 20:00	Zusammensein	

Samstag 12. März 2011

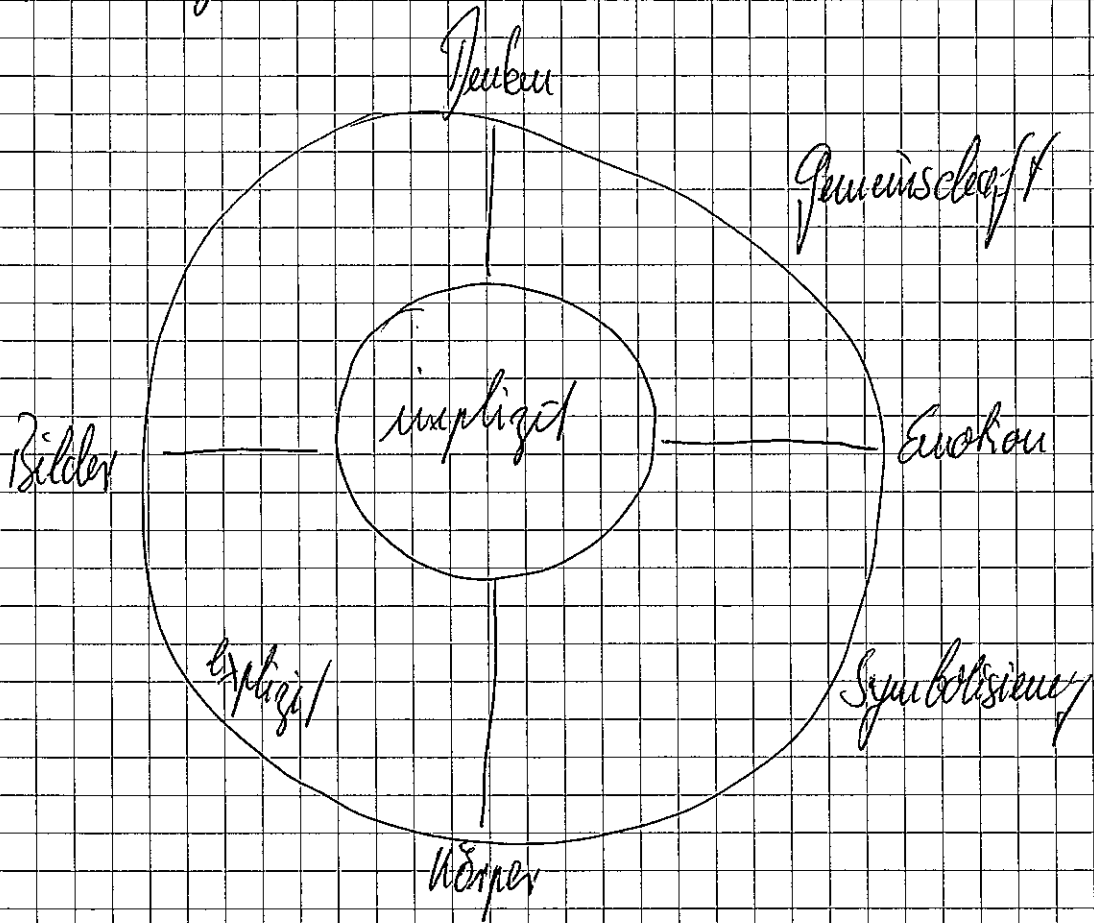
<i>Uhrzeit</i>	<i>Was</i>	<i>Wer</i>
07:30 bis 08:00	Meditation	Ernst
08:00 bis 09:00	Frühstück	
09:00 bis 12:00	Workshop	Maria-Anne Gallen
ca. 10:00	Kleine Café Pause	
12:00 bis 14:00	Mittagessen	
14:00 bis 14:30	Café Pause	
14:30 bis 18:00	Workshop	Maria-Anne Gallen
18:00 bis 19:00	Abendessen	
19:00 bis 20:30	Informelle Mitgliederversammlung	Vorstand
Ab 20:30	Zusammensein	

Sonntag 13. März 2011

<i>Uhrzeit</i>	<i>Was</i>	<i>Wer</i>
07:30 bis 08:00	Meditation	Ernst
08:00 bis 08:45	Frühstück, Bezahlen	
08:45 bis 9:00	Zimmer räumen	
09:00 bis 12:00	Workshop	Maria-Anne Gallen
ca. 10:00	Kleine Café Pause	
Ab 12:00	Mittagessen	
Anschließend	Abreise	
14:00 bis 15:00	Vorstandessitzung	Vorstand

Subjekt
über
offen sein
Abstrakt
Lebens-Ausgang

zum
Leben Beziehung
Leben
Lebens-Funktion



Stückingebundenheit
= prozess whole

Robert Hegon, Entwicklungsstufen des Lebens

Das unise Herz

12.3.11 Anna - Marie Falter

① Fokussierung - fundamental

a wie achtsam

a wie akzeptierend

a wie erleblos

② Subtypen

selbstverleugner = ich

sexuell 1-1 = Beziehung = du

sozial = Gemeinschaft = wir

Rangfolge

1. dominant

in diesem Typ kommt man an die Oberleitung

2. Konformzauer

hier kann man betriebl. sein und raus, ohne Stress

3. inaktiviert

Forschung

Wandlung durch Selbstverleugung

Phasen

E. Recognition (Ermennen)

A. Acceptance (Annehmen)

F. Investigation (Erforschung)

N. Non-Identifikation (Nicht-Schuld)

Das weiße Meer

Anhang 2: Stichworte zu den Subtypen®

Selbsterhaltend (ich alleine):

Ich zuerst ... jeder ist sich selbst der nächste ...

Wenn ich nicht selbst für mich Sorge, dann tut es keiner ... oder ich organisiere, dass jemand für mich sorgt ...

Ich organisiere mir ein Netz, das mir Sicherheit gibt ... verlassen sich gern auf (stärkere, schützende) andere ...

Beziehungsqualität: symbiotisch, verschmelzend, ganz oder gar nicht

Ellenbogenmentalität ... starke Abwehrreaktionen

Angst vor Veränderungen ...

Fokus: Ich selbst

Beziehungs-Subtyp (sexuell, 1:1):

Ich brauche wesentliche Beziehungen, auf die ich mich verlassen kann ...

Wenn ich in gutem Kontakt zu einem andern bin, dann sorgt er auch für mich ...

Kontaktverhalten auf Augenhöhe ...

Ich will gleichberechtigt behandelt werden ... eine Hand wäscht die andere ...

Beziehungsqualität: intensive Ich-Du-Begegnung, Verbindlichkeit

Angst vor Zurückweisung, Probleme, sich abzugrenzen, Tendenz, sich emotional missbraucht zu fühlen ...

Fokus: Der (eine) andere

Gemeinschafts-Subtyp (sozial, Gruppen)

Sucht lustvolle Gemeinschafts-Erfahrungen...

Geborene Anführer in Gruppen ...

Entweder ich stehe in der Hierarchie ganz oben, dann brauche ich viel Beifall und Anerkennung oder ich muss mich blind auf meine Gruppe/Familie verlassen können

Sozialer Status wichtig, Prestige, Anerkennung wichtig

Beziehungsqualität: Kontaktaufnahme mit der Gemeinschaft/Gruppe, mit mehreren, Tendenz zu Dreiecksbeziehungen

Je mehr Kontakte und Beziehungen ich habe, desto besser ...

Fokus: Die Gruppe, Gemeinschaft