

# LEDEREN



Beskytteren

Forsørgeren

Entreprenøren

Enegængerens

Udfordrerens

Klippen



## ENNEAGRAMTYPE 8

8 sætter stor pris på værdier som at være stærk, ærlig og pålidelig og griber vigtige emner an på en ligefrem måde. 8 kan lide styrke og ligefremhed hos andre og ved for det meste, når nogen fortæller sandheden eller er upålidelig. 8 vil gerne beskytte uskyldige mennesker, især når de har været udsat for en uretfærdighed, og alligevel kan de have svært ved at tolerere svaghed i andre. Hvis 8 ikke er enig med autoriteten, eller hvis ingen tager ledelsen, træder de ind og tager kontrollen. Det er svært for 8 ikke at vise sine følelser, når de er vrede, og de er som regel klar til at støtte og forsvare venner og familie.

**Kvaliteter:** Direkte, selvhævdende

**Udviklingsområder:** Kontrollerende, overdreven

**Beskrivende betegnelser:** Chef, leder, udfordrer, beskytter

**Personlighedens karakteristika:** Selvhævdende, uafhængig, retfærdig, kontrollerende, overdreven, selvsikker

**Opmærksomhedens fokus:** Er alt under kontrol på en effektiv og retfærdig måde?

**Verdensbillede:** Verden kan være et hårdt sted, og kun de stærke overlever. Jeg vil beskytte de uskyldige.

---

## VINGEBESKRIVELSE

8 med syvervinge kan være mere humørfyldte, uafhængige og eventyrlystne.

8 med niervinge kan være varmere, roligere og mere konsensussøgende.

## STRESSPUNKT

Stressede ottere bevæger sig mod 5, ofte efter at de har kæmpet alt for mange kampe, har arbejdet og overanstrengt sig eller bare føler sig meget sårbare. De trækker sig ofte ind i deres egen verden, flytter sig væk fra andre mennesker og fra de krav, som disse mennesker

kunne stille til dem. I disse perioder vil 8 typisk være selvreflekterende og genoplade deres energi.

## TRYGHEDSPUNKT

Når 8 bevæger sig mod deres tryghedspunkt 2, glædes de ofte ved at slappe af, flytte deres opmærksomhed til andres behov og blive mere generøse og givende. 8 kan være meget intuitive, når de ikke er afslappede - deres normale intuition synes at komme fra maven, som om de sanser eller ved, at noget er sandt. Når 8 derimod er afslappede kommer deres intuition også fra hjertet, som de *føler*, at noget er sandt.

## Lidt mere om 8'er stress: 8 går mod 5

Efterhånden som trykket stiger, kan 8 kun komme så og så langt med deres særlige måde at klare problemerne på. Deres selvhævdende, konfronterende holdning fører til udfordringer, der føles overvældende. Når 8 har taget munden for fuld, kan det være, at de går mod 5 og effektivt trækker sig ud af konflikter for at lægge strategi, vinde tid og samle kræfter.

På sådanne tidspunkter kan 8 blive ensomme skikkelser, der tilbringer mange timer med at gruble, læse og samle information, så de bedre kan vurdere situationen. De

insisterer på at få tid, rum og fred til at rede tingen ud, før de er i stand til at kaste sig ud i aktivitet igen. Ligesom 5 kan de blive dybt opslugt af deres planer og projekter - blive oppe sent og arbejde, men de undgår andre og er hemmelighedsfulde med, hvad de foretager sig. De kan også virke mærkeligt stille og tilbagetrukne, hvilket ofte kommer som en overraskelse for dem, der er mere vant til deres lidenskabelige selvhævdelse.

Stressede perioder kan også gøre 8 anspændte som middel 5. De har tendens til at minimere deres bekvemmeligheder og behov og er i almindelighed dårlige til at tage sig af sig selv. Søvnløshed og dårlige spisevaner er ikke ualmindeligt.

Følelsen af at være blevet afvist kan også føre 8 ind i nogle af type 5's mere dunkle sider. De kan blive ekstremt kyniske og nære foragt for andres overbevisninger og værdier. 8 på vej ned kan blive nihilistiske outsiders, der kun har ringe håb om at få forbindelse til andre igen eller om at finde noget positivt hos sig selv eller i verden.

### **Lidt mere om tryghed og integration: 8 går mod 2**

8 realiserer sig selv og holder sig sunde ved at lære at åbne deres hjerte for andre på samme måde som en sund 2'er. 8 behøver ikke føje nye egenskaber til de eksisterende, for at dette kan ske. Men de er nødt til at få

kontakt med deres hjerte for at opdage, hvor meget de holder af andre mennesker. Mange 8'ere opdager dette gennem deres kærlighed til børn, der kan kalde det bedste frem i 8, for di de elsker og respekterer børns uskyld og gerne vil beskytte dem. Her kan 8 sænke deres forsvar og lade noget af deres ømhed komme op til overfladen.

Men for at 8 kan vedkende sig deres store hjerte, er de nødt til først at turde samle mod til at afsløre det. Dette kræver, at de stoler på noget der er større end deres egen kløgt og magt - og det kræver naturligvis, at de giver slip på mange af deres grundlæggende forsvarsmekanismer. Uanset hvor lukket og opfyldt af raseri eller uretfærdighed 8 måtte være, så lever det følsomme barn, der traf beslutningen om at beskytte sig selv, stadig i det indre og venter på en chance for igen at få kontakt med verden. Det vigtigste for 8 i denne proces er som sagt at sænke deres forsvar og få mere kontakt med deres hjerte. Selvfølgelig vil frygten for at være sårbar straks opstå, men efterhånden som 8 lærer at erkende denne frygt og lade den passere, bliver de trygge ved deres blidere følelser.

8'ere under integration er fremragende ledere, fordi de klart kommunikerer deres dybe respekt for og værdsættelse af andre mennesker. De er også effektive, fordi de lige som sunde 2'ere anerkender grænser og begrænsninger - især det sidste. Når de lærer at give sig selv næring og accepterer sårbarheden i deres liv, vil deres helbred og

følelse af velbefindende blive bedre. De arbejder hårdt, men de ved også, hvornår det er tid til at hvile, spise og restituere deres styrke. De vælger fritidsaktiviteter, der virkelig giver dem næring, og ikke noget, der fungerer som selvforkælelse eller svar på deres søgen efter større intensitet.

## KOMMUNIKATION

8 forsøger hårdt at beherske sig og føler sig derfor forvirret, når de igen og igen hører, at de overvælder andre.

**Talestil:** Direkte og autoritativ. Tegner det store billede og er strategisk. Udtalelser er konstrueret for at strukturere eller kontrollere en situation. Utålmodig med detaljer. Øger intensiteten i sproget, indtil de får en respons fra den anden. Kan udvise vrede direkte. Under bæltstedet humor og kan bande. Siger måske meget lidt. Beskylder andre, hvis de selv føler sig beskyldt.

8 elsker udfordringer, men de bryder sig ikke om uventede udfordringer fra andre. Derfor kan deres talestil variere alt

efter situationen. Typisk er deres talestil som en kommanderende autoritet, og de taler ofte om det store strategiske billede og går kun i detaljen for at nå et større mål. Deres høje energiniveau passer til deres pågående natur, og de vil fortsætte en vigtig samtale, indtil de føler, at den anden har mødt deres eget energiniveau.

I situationer, hvor de ikke er sikre på, hvad de skal gøre, kan 8 dog være stille. I disse øjeblikke bliver de som regel meget alvorlige, mens de overvejer deres næste træk. Når 8 føler sig overrumplet, kan den anden få 8's vrede at føle med fuld styrke. I situationer som ikke er vigtige for 8, kan de morer sig ved at komme med kommentarer til sig selv om det, der sker - eller ved at starte en samtale om det, de ser, og nogle gange bruge bandeord og under bæltstedet humor. Hvis de keder sig, kan de trække sig helt tilbage og tænke på noget helt andet.

Ved vigtige problemer tager 8 ofte udfordringen direkte. Ofte uden indledning og afvejning af relationen til den anden. 8 følger tit denne impuls, hvis deres frustrationer er blevet opbygget over flere måneder, og de har brug for at lade vreden komme ud. Skønt de ofte har ret, kunne deres formuleringer være mere velvalgte. Når 8 kritiseres for dette og føler sig beskyldt, beskylder de ofte andre.



**KROPSSPROG** - 8 har en stærk fysisk udstråling, selv når de er stille. Ændrer deres stemmeføring for maksimal effekt. Giver intense nonverbale vink.

Skønt 8 modererer deres ord forbliver kropssproget kraftfuldt. Når 8 går ind i et rum, føler andre ofte 8's autoritative udstråling. Når de taler, ved 8 ofte, hvordan de skal ændre deres stemme for virkningens skyld. Selv når 8 er stille, kan andre mærke deres kraftfulde energi - især gennem deres nonverbale vink.

---

**BLINDE PUNKTER** - Mange mennesker, ikke blot de frygtssomme, bliver intimideret af dem. 8's energi er meget stærkere end de selv er klar over - selv når de holder den tilbage. Ikke alle er i stand til at se det store billede så hurtigt som 8. Deres sårbarhed kan vise sig på tidspunkter, hvor de ikke er klar over det.

8 kan mangle bevidsthed om, at andre kan føle sig truet af deres passionerede selvhævdelse. Skønt de selv måske

oplever, at de arbejder hårdt på at kontrollere deres udstråling. Det kan være, at andre kun ser 60 % af, hvad 8 faktisk føler. Andre kan opfatte 8 som aggressiv og tror måske, at 8 prøver at tvinge dem til at trække sig tilbage.

8 kan også overraskes over, at deres sårbarhed, som de arbejder hårdt på at skjule, faktisk kommer frem i deres mere stille øjeblikke. Måske når de reflekterer over noget, der lige er sket eller foregriber fremtidige vanskeligheder.

**FORVRÆNGEDE FILTRE** - beskytter andre, som 8 tror, har brug for beskyttelse. Svaghed hos andre. Kontrol. Sandfærdighed. At blive beskyldt.

8 bryder sig ikke om svaghed hos andre men føler sig samtidig tilskyndet til at beskytte dem, som ikke kan forsvare sig selv. 8's problem med svaghed afspejler deres ubevidste fornægtelse af egen sårbarhed. 8 forsøger ofte at vurdere, om den anden forsøger at kontrollere situationen - og om vedkommende er stærk eller svag. Er han/hun dominerende, vil 8 ofte gøre sig klar til en modoffensiv. Udøver den anden kontrol på en kejtet måde, vil 8 ofte blive afvisende og selv tage kontrol. Men føler 8, at vedkommende virkelig har brug for deres beskyttelse, vil de stå frem og forsvare. 8 filtrerer det, de hører fra andre,

alt efter om de mener, at personen er sandfærdig, og om de føler, at de vil blive beskyldt for noget.

---

## FEEDBACK

Skønt 8 normalt ikke er bange for at sige, hvad de mener, holder de måske ikke af at give struktureret feedback. En del 8'ere har kvaler med, og bruger tid på, hvordan de skal sige noget vigtigt til en anden. De vil overveje hovedproblemet i et forsøg på at sikre sig, at det, de planlægger at sige, også fanger den andens opmærksomhed. Ofte ved 8, at de ved negativ feedback kan være så ærlige, direkte og hurtige, at den anden kan opleve det som lidt for truende.

I udfordrende situationer bidrager 8 ofte med en meget intens energi. Desuden kan 8 komme tæt på den anden rent fysisk. Denne nærhed kan føles særligt truende for en, der modtager dårligt nyt. Selv når 8 holder distancen, kan den anden ofte stadig mærke 8's energi og drive.

I forsøget på at være sandfærdige og ærlige kan 8 glemme at vise deres positive agtelse for den anden - selv hvis 8 virkelig føler sig respektfuld. Sommetider respekterer 8 ikke den anden. I 8's perspektiv er respekt noget, man gør sig fortjent til - ikke noget man bare får.

Ved feedback skal 8 huske at formidle en varm øjenkontakt, smil og støttende kommentarer - også hvis de ikke bryder sig om den anden.

**HUSK:** Mens du kan lide at tage direkte fat om problemerne, når de opstår, kan det være, at feedbackmodtageren gerne vil håndtere problemet på sin måde og i sit tempo.

## FEEDBACKTIPS

1. Bevar din evne for at holde fokus på nøglepunkter, men gør det på en åben måde.
2. Overvej på forhånd hvad du vil sige.

3. Hav nogle ideer om, hvad du vil gøre, men tillad at feedbackmodtageren kommer med de første forslag.
4. Bevar din evne for at holde din fulde opmærksomhed på opgaven, men nedton dit energiniveau, så den anden ikke føler sig overvældet.
5. Det kan være nyttigt at smile, at komme med små vittigheder og vente tålmodigt på at få et svar
6. Behold din sandfærdighed, men inddrag nogle positive elementer

## AT GIVE FEEDBACK TIL OTTERE

**lagttaget adfærd** - vær kortfattet, direkte og sandfærdig. Træk de store linjer op. Lad feedbackmodtageren reagere så ofte han eller hun ønsker.

**Indvirkning af adfærd** - Vis din tro på personens evne til at håndtere situationen. Vis indirekte, at baglandet er der for at yde støtte til ham/hende. Vis, at du ikke vælger side, og at du vil være fair. Hjælp personen til at fokusere på, hvad der er sandt og ikke sandt.

**Foretrukken adfærd** - Lad personen føle sig i kontrol. Sørg for at dine kommentarer er direkte og velovervejede.

---

## **STIK OG STØD**

**Almindelige otter-stik:** Uretfærdighed. Ikke direkte at tage hånd om problemerne. Mennesker som ikke tager ansvar for deres egne handlinger. Blive overrumplet. En andens mangel på sandfærdighed.

8 bliver særlig vred over beskyldninger - især hvis de, iflg. otteren, er usande. De kræver at få lov til at fortælle deres version af historien. 8 bliver også rasende over, at andre ikke tager ansvar for deres egen adfærd. Iflg. otterens tankegang vil andre ind i mellem prøve at skyde skylden på dem i stedet for selv at tage den. Desuden hader 8 at blive overrumplet og kan ikke lide overraskelser. De befinder sig bedst, hvis situationen er under kontrol og regner med loyalitet fra dem, de har tillid til. Ellers kan de føle sig sårbare og meget alene.

**8's adfærd ved stik** - Føler bølger af vrede, som kaster dem ud i handling. Undersøger og sorterer information og følelser hurtigt. Undgår så vidt muligt at føle sig sårbar eller ikke have kontrol. Kan fuldstændigt trække sig tilbage. Søger råd hos dem, de stoler på og respekterer. Affærdiger og tager ikke hensyn til dem, de ikke har respekt for.

Når 8 provokeres vil de typisk reagere intuitivt og øjeblikkeligt.

**AT NÆRME SIG OTTERE DER FØLER STØD** - Vær direkte, vær ærlig. Lyt til intensiteten i 8's følelser. Vær hverken svag eller usikker. Undgå sprogbrug som 8 kan opfatte som værende beskyldende.

Er du på kant med otteren, vil du ofte blive mødt med enten en isnende tavshed, et krav om at du går med det samme eller et intenst udbrud af direkte og ærlige følelser. Når 8 bliver vred, føler de ofte et raseri, som de selv foretrækker ikke at vise direkte overfor den berørte person.

Da 8 ofte selv er direkte og ærlige, er dette, hvad de forventer af andre. De forlanger at blive hørt og informeret straks ved eventuelle udfordrende situationer. Er 8 under pres, er de endnu mere følsomme overfor oprigtighed og sandfærdighed. Det er som om, de har en antenne, der instinktivt kan fornemme den andens ærlighed og integritet. Og skønt 8 er uenig respekterer de som regel den anden, hvis han/hun er sandfærdig.

Begynder 8 at udtrykke deres raseri frit, er det bedst ikke at afbryde dem, før de er kommet af med al deres galde. Dette gør 8 i stand til at frigøre deres vrede fra kroppen. De bliver bedre tilpas og meget mere tilbøjelig til at lytte til en forklaring, at overveje et andet synspunkt og at finde en strategi for det næste skridt.

8 respekterer ikke altid mennesker, som de opfatter som lette at skræmme, som mangler mod eller er skrøbelige, og de vil ofte opføre sig hånende overfor dem. Skønt 8 ofte opfattes som glade for konflikter, gælder det snarere, at de sætter pris på at sige sandheden, at få energi ved oprigtig kontakt med andre og føle sig godt tilpas, når de frigør deres indestængte vrede. Men de kan efterfølgende føle skyld, fordi de har udtrykt deres vrede så voldsomt.



Det forholder sig anderledes, når konflikten er rettet mod otteren - især hvis han/hun føler sig falsk anklaget, mangler styrke eller er særlig sårbar. Så har 8 ofte meget svært ved at udtrykke deres følelser og tanker, og de har brug for støtte fra andre.

---

## 8 I STIKORD

Er magtfulde og dominerende. De er selvsikre, stærke, herskesyge, karismatiske og selvhævdende. 8 føler, at de må kontrollere deres omgivelser og kan blive konfrontationssøgende og intimiderende.

Er også resursefyldte, beskyttende, beslutsomme og stolte, men har typisk problemer med at tillade sig at være tæt på andre.

Når de er bedst, er 8 selvbeherskede og bruger deres styrke til at forbedre verdens uretfærdigheder.

Det er vigtigt for dem at være stærke og have kontrol over enhver situation.

De kan lide, at andre er ærlige og direkte over for dem. De melder selv klart ud over for andre og pakker ikke tingene ind.

De betragter sig som stærke, uafhængige og med en god selvkontrol. Det er dem, der bestemmer i deres liv og kan gå til yderlighederne for at opnå det, de vil have.

Det er vigtigt for dem at tingene er retfærdige. Hvis de bliver opmærksom på uretfærdigheder, bliver de vrede og gør noget ved det.

De kan bruge en del tid på at spekulere over, hvordan de kan give igen, hvis de oplever, at andre har behandlet dem eller folk omkring dem dårligt. Nogle gange gør de gengæld direkte her og nu.

De tåler ikke, at andre kontrollerer dem eller deres meninger. De vil helst være ledere eller arbejde individuelt.

---

## UDVIKLINGSNIVEAUER FOR TYPE 8

### SUND POSITION

**1 Niveau: Hengivne, heroiske** - 8 opgiver troen på, at de altid er nødt til at kontrollere omgivelserne. Det giver dem mulighed for at sænke forsvaret og helbrede deres hjerter. Paradoksalt nok opnår de også at få opfyldt deres basale

ønske - ønsket om at beskytte sig selv, og 8 bliver storsindede, modige, undertiden heroiske og evner at hengive sig.

**2 Niveau: Fulde af selvtillid, stærke** - 8 bruger deres energi og viljekraft til at blive uafhængige og få kontrol over deres liv. De er energiske og handlekraftige. De er fulde af selvtillid og stærke. Selvbillede: "Jeg er selvhævdende, direkte og ressourcefuld".

**3 Niveau: Selvsikre, ledende** - 8 styrker deres selvbillede ved at tage udfordringer op. De beviser deres styrke gennem handling og præstation, ved at beskytte andre og sørge for dem og ved at kalde andres styrke frem. 8 er selvsikre og ledende.

## MIDDEL POSITION

**4 Niveau: Pragmatiske, dristige** - 8 begynder at være bange for, at de ikke har tilstrækkelige ressourcer til at gennemføre deres projekter med held eller udfylde deres rolle som forsørger. Derfor bliver de snu og prøver med alle midler at skaffe sig de ressourcer, de ønsker. De er saglige og konkurrerende og mere forsigtige med deres følelser. 8 er pragmatiske og driftige.

**5 Niveau: Selvforherligende, dominerende** - 8 er bekymrede for, om andre vil respektere dem og give dem, hvad der tilkommer dem, og derfor forsøger de at overbevise andre om deres betydning. De praler, bluffer og afgiver store løfter for at få folk med på deres planer. Viljestærke og stolte som de er, ønsker de, at andre skal vide, at det er dem, der bestemmer. 8 er selvforherligende og dominerende.

**6 Niveau - Konfronterende, truende** - 8 er bange for, at andre ikke bakker dem op, og de kan miste kontrol over situationen som resultat. De forsøger at presse andre til at gøre det, de ønsker, gennem trusler og undertrykkelse. De har også let til vrede og trodser alle krav, der stilles til dem, hvorved de sætter andre på den allerstørste prøve. 8 er konfronterende og truende.

## **USUND POSITION**

**7 Niveau: Hensynsløse, diktatoriske** - 8 frygter, at andre vender sig imod dem, og dette kan vel være tilfældet. De føler sig svigtet og ude af stand til at stole på nogen, og derfor beslutter de sig for at beskytte sig selv for enhver pris. De ser sig selv som fredløse og føler, at de befinder

sig udenfor samfundets grænser, og de kan være rovgriske, hævngherrige og voldelige. 8 er hensynsløse og diktatoriske.

**8 Niveau: Storhedsvanvid, terroriserende** - 8 bliver så desperate efter at beskytte sig selv og så bange for, at deres handlinger skal blive gengældt, at de begynder at angribe mulige rivaler, før disse kan true dem. De respekterer ingen grænser, og de kommer hurtigt til at spænde buen for hårdt. En illusion om usårlighed fører til, at de bringer sig selv og andre i fare. 8 lider af storhedsvanvid og er terroriserende.

**9 Niveau: Sociopatiske, destruktive** - Opdagelsen af, at de har skabt magtfulde fjender, som er i stand til at slå dem, er for meget for usunde 8'ere. De forsøger at ødelægge alt frem for at lade nogen besejre eller kontrollere dem. De kan få raserianfald og skånselsløst ødelægge alt på deres vej og måske endda myrde andre. 8 er sociopatiske og destruktive.

**BASAL FRYGT:** At blive skadet eller kontrolleret af andre eller lide overlast.

**BASALT ØNSKE:** At beskytte sig selv og bestemme sin egen retning i livet.

**OVERJEG BUDSKAB:** Du er god/i orden, hvis du er stærk - har kontrol over situationen