



Enneagrammet

Kæreste dig

Jeg vil gerne introducere dig for Enneagrammet, som jeg har arbejdet indgående med siden 2019.

Dette redskab har været én af de allerstørste øjenåbnere og et af de vigtigste for mig på min spirituelle rejse - i kombination med 'Et kursus i Mirakler'.

Jeg har ingen uddannelse i at undervise i Enneagrammet eller i at tolke andres Enneagramtyper, men i 2021 deltog jeg i en Masterclass i emnet hos spirituel psykolog, forfatter og underviser, Kisser Paludan.

Hele 2023 har jeg deltaget i Kisser Paludans medlemsklub Soul Talk Circle, hvor vi er blevet undervist i Enneagrammet i kombination med 'Et Kursus i Mirakler'. Det er jeg fortsat med i 2024. Så jeg bruger det her på daglig basis - både i arbejdet med mig selv, i mine relationer, i mit parforhold og når jeg har klienter.

Jeg har i mange år interesseret mig meget for de dybere lag af den menneskelige psyke og dermed vores ego, samtidig med at jeg også har interesseret mig for spiritualitet.



I starten, troede jeg, at det på mange områder var hinandens modsætninger. Jeg hørte mange spirituelt interesserede mennesker tale om, at målet var at slå vores ego ihjel og lade essensen eller ånden sejre.

Jeg undrede mig over, hvorfor pokker vi skulle være blevet udstyret med et ego og en psykologi, hvis hele meningen var at slå det ihjel igen. Det gav ikke rigtigt mening for mig.

Da jeg læste bøger om psykologiske emner omkring forståelsen af vores sind, følte det mangelfuldt. Disse bøger er selvfølgelig ikke forkerte, men jeg har altid savnet den åndelige dimension. Som at sidde på en stol, hvor det ene ben mangler. Man kan godt sidde der, men det begynder at blive trættende i længden og på et tidspunkt, så vælter man.

Derfor følte Enneagrammet virkelig sandt indeni mig, da jeg blev præsenteret for det for allerførste gang af Kisser Paludan. Det favner nemlig både både den personlighedsstruktur, vi er født med (ego-et) og vores sjæl, som er en del af den essens, vi kom med og som skal videre, når vores krop ikke længere skal med.

Kærlig hilsen
Susan

Hvad er Enneagrammet

Enneagrammet er en geometrisk figur, der kortlægger de 9 grundlæggende personlighedstyper/ego-typer i menneskets natur og deres komplekse sammenhænge.



Det er en moderne psykologisk videreudvikling af en spirituel visdom, der har rødder i mange forskellige traditioner.



Det moderne Enneagram over personlighedstyper er sammenfattet på baggrund af mange forskellige spirituelle og religiøse traditioner. Det er for størstepartens vedkommende et sammendrag af en universel visdom, den evige filosofi, som er samlet igennem årtusinder af kristne, buddhister, muslimer og jøder (indenfor Kabbalah).

Den centrale sandhed, som Enneagrammet formidler til os, handler om, at vi er meget mere end vores personlighed. Vores personlighed er ikke andet end de velkendte, betingede dele af en langt større skala af muligheder, som vi alle sammen rummer.

Udover den begrænsede personlighed eksisterer vi hver især i form af en omfattende, og for størstedelen erkendt, værenskvalitet eller et nærvær, som kaldes for vores essens.

I det spirituelle sprogbrug kan man udtrykke det sådan, at der i hvert enkelt menneske findes en individuel gnist af det guddommelige, selvom vi har glemt denne grundlæggende sandhed, fordi *vi er faldet i søvn, når det gælder vores egen sande natur*. Vi oplever ikke vores guddommelige natur og vi oplever heller ikke andre som guddommelige. I stedet blive vi ofte hårde eller ligefrem kyniske og behandler andre som ting, vi skal forsvare os imod eller kan bruge til vores egen tilfredsstillelse.

De fleste har nok én eller anden ide om, hvad personligheden er, mens tanken om en essens og en sjæl formentlig virker fremmed på os. Når vi her taler om essens, bruger vi begrebet i dets ordrette betydning som det, vi grundlæggende er, vores *essentielle selv*, eller den dybere tilstand af væren. (Nogle kalder også dette for ånd).

Det er også vigtigt at skelne essens eller ånd fra 'sjæl'. Vores dybere væren er essens eller ånd, men den antager en dynamisk form, vi kan kalde for 'sjælen'. Vores personlighed er et bestemt aspekt af vores sjæl, som består af essens eller ånd.

Hvis ånden er vand er sjælen en bestemt sø eller flod og personligheden er krusninger på sørens overflade eller frosne klumper af is i floden.

I almindelighed oplever vi ikke essensen og dens mange aspekter, fordi vores bevidsthed er så overskygget af personligheden. Men efterhånden som vi bliver mere bevidste om personligheden, bliver vi også i stand til at opleve vores essens som mere direkte. Vi fungerer stadig i verden, men med en voksende forståelse af vores forbindelse til det guddommelige. Vi bliver mere bevidste om, at vi er en del af det guddommelige nærvær, som mirakuløst udfolder sig overalt i og omkring os.

Enneagrammet kan hjælpe os til at se, hvad der forhindrer os i at huske denne dybe sandhed om, hvem vi virkelig er, sandheden om vores spirituelle natur. Det sker ved, at Enneagrammet giver os nogle meget specifikke indsigter i vores psykologiske og spirituelle sammenhænge. Enneagrammet kan også an vise os den



retning, vi skal arbejde i, men kun så længe, vi husker, at det ikke fortæller os, hvem vi er, men kun hvordan vi har indskrænket os selv.

Husk at Enneagrammet ikke sætter os i bås, men derimod viser os den bås, vi allerede sidder i, samt vejen ud af den.

Selverkendelse

Enneagrammet beskæftiger sig med den ene ting, der ligger til grund for alle spirituelle veje, nemlig selverkendelse.

Uden selverkendelser kommer vi ikke ret langt på vores spirituelle rejse, og vi vil heller ikke være i stand til at bevare de fremskridt, vi opnår.

En af de største farer ved udviklingsarbejde er, at vores personlighedstype / ego forsøger at undgå et dybere psykologisk arbejde ved alt for hurtigt at bevæge sig ind imod det transcendent (Red.: det oversanselige, det overnaturlige, det vi ikke kan forklare).

Det skyldes, at ego'et altid opfatter sig selv som langt mere "avanceret", end det i virkeligheden er.

Virkelig selverkendelse er en uvurderlig garanti imod den form for selvbedrag.

Arbejdet med Enneagrammet begynder, når du bestemmer din type og begynder at forstå dens dominerende temaer".

Introduktion af de 9 typer

Selvom vi kan genkende os selv i alle typers adfærd, så er vores mest karakteristiske træk rodfæstet i én af dem.

Her er en meget kort beskrivelse af **nogle** af de 9 typers karakteristika. Det er vigtigt at understrege, at det ikke beskriver hver enkelt personlighedstypes fulde spektrum.

TYPE 1 Reformatoren

- den principfaste, idealistiske type

1'ere er moralske og pligtopfyldende, med en stærk følelse af rigtigt og forkert. De er lærere og korsfarere og stræber altid efter at forbedre tingene, men er bange for at begå fejl.

De er velovervejede, pertentlige og fordringsfulde og prøver at opretholde høje standarder, men kan forfalde til at være alt for kritiske og perfektionistiske. De har typisk problemer med undertrykt vrede og utålmodighed.

Når de er bedst, er de sunde 1'ere kloge, kvalitetsbevidste, realistiske og ædelmodige og udmærker sig også i moralsk henseende.



TYPE 2 Hjælperen

- den omsorgsfulde, medmenneskelige type.

2'ere er indfølelse, oprigtige og varmhjertede. De er venlige, generøse og selvopofrende, men kan også være sentimentale, indsmigrende og behagesyge. De ønsker at være tæt på andre og gør ofte ting for andre for at gøre sig uundværlige. De har typisk problemer med at sørge for sig selv og med at erkende deres egne behov.

Når de er bedst, er de sunde 2'ere uselviske og altruistiske med en ubetinget kærlighed til sig selv og andre.

Type 3 Udretteren

- den tilpasningsdygtige, succesorienterede type

3'ere er selvsikre, tiltrækkende og charmerende. De er ambitiøse, kompetente og energiske, men kan også være statusbevidste og stærkt motiverede i retning af personligt avancement. De har typisk problemer med arbejdsnarkomani og konkurrencementalitet.

Når de er bedst, er de sunde 3'ere selvbekræftende, autentiske og er dem, de giver sig ud for at være - en rollemodel, som kan inspirere andre.

Type 4 Individualisten

- den romantiske, selvopofrende type

4'ere er selvbevidste, sensitive, tilbagetrukne og stille. De er selvafslørende, følelsesmæssigt rige og personlige, men kan også være humørsyge og selvoptagede. De holder sig tilbage i forhold til andre, fordi de føler sig sårbare og mangelfulde, men kan også føle sig hånlige overlegne og fritaget fra almindelige måder at leve på. De har typisk problemer med selvforkælelse og selvmedlidenhed.

Når de er bedst, er de sunde 4'ere inspirerende og overordentlig kreative samt i stand til at forny sig selv og transformere deres oplevelser.

Type 5 Udforskeren

- den intense, intellektuelle type

5'ere er årvågne, indsigtfulde og nysgerrige. De er i stand til at koncentrere sig og fokusere på at udvikle komplekse ideer og færdigheder. De er selvstændige og fornyende, men kan også blive for optagede af deres forestillinger og tankekonstruktioner. De har typisk problemer med isolation, særhed og nihilisme.

Når de er bedst, er de sunde 5'ere visionære foregangsmænd og kvinder, der ofte er forud for deres tid og i stand til at se verden på en helt ny måde.

Type 6 Loyalisten

- den forpligtede, sikkerhedssøgende type

6'ere er pålidelige, hårdtarbejdende og ansvarlige, men kan også være vagtsomme, vigende og ekstremt bekymrede. De handler på baggrund af stress og klager samtidigt over det. De er ofte forsigtige og ubeslutsomme men kan også



reagere og være udfordrende og oprørske. De har typisk problemer med manglende selvtillid og mistænksomhed.

Når de er bedst, har de sunde 6'ere en inderfrakommende stabilitet, er selvsikre og fulde af selvtillid og giver modigt deres støtte til de svage og magtesløse.

Type 7 Entusiasten

- den travle produktive type

7ere er alsidige, optimistiske og spontane. De er kåde, i højt humør og praktiske, men kan også spænde over for meget og blive adspredte og udisciplinerede. De søger hele tiden nye og spændende oplevelser, men skal de holde sig længe i gang med noget, distraheres og udmattes de. De har typisk problemer med overfladiskhed og impulsivitet.

Når de er bedst, retter de sunde 7'ere deres talenter mod værdifulde mål og er glade, overordentlig dygtige og taknemmelige.

Type 8 Udfordreren

- den magtfulde, dominerende type

8'ere er selvsikre, stærke og selvhævdende. De er beskyttende, ressourcestærke og beslutsomme, men kan også være stolte og dominerende. 8'ere føler, at de er nødt til at kontrollere deres omgivelser og er ofte konfronterende og truende. De har tit problemer med at tillade sig selv at være tæt på andre.

Når de er bedst, har de sunde 8'ere fuld selvbeherskelse - de bruger deres styrke til at forbedre andres liv og bliver helt modige, storsindede og når undertiden heroisk storhed.

Type 9 Fredskaberer

- den rolige selvudslettede type

9'ere er accepterende, tillidsfulde og stabile. De er godmodige, venlige og støttende, men kan også være tilbøjelige til at føje sig efter andre for at bevare freden. De ønsker, at alt forløber uden konflikt, og har derfor en tendens til at blive eftergivende og bagatilisere al uoverensstemmelse. De har typisk problemer med passivitet og stædighed.

Når de er bedst, er de sunde 9'ere ukuelige og altfavnende, kan forene menneske og løse konflikter.

Beskrivelsen af Enneagrammet og nedenstående 2 test, er et uddrag fra bogen

Enneagrammets Visdom

*Den fuldstændige guide til psykologisk og spirituel vækst
for de 9 personlighedsryper*

Af Don Richard Riso & Russ Hudson

Teksten må KUN bruges til undervisning i sammenhæng med bogen
og må ikke sendes videre.



Find din Enneagramtype

Hvis du er nybegynder i Enneagrammet, så anbefaler jeg dig at udfylde spørgeskemaet til Riso-Hudson QUEST® testen.

Den kan hjælpe dig med at indkredse din mulige type på under 5 minutter og med 70% sikkerhed. I det mindste bliver du i stand til at bestemme din type indenfor 2 eller 3 mulige.

Hvis testen viser, at du f.eks. er en type 6, så gå direkte videre til de 15 udsagn i Riso-Hudson TAS® testen for type 6 og se, om du også har en høj score i disse spørgsmål. Er det tilfældet, er du formentlig på sporet.

Jeg vil dog anbefale at købe bogen Enneagrammets Visdom, og læse hele kapitlet om type 6, indtil der falder endnu flere brikker på plads. Hvis beskrivelsen og øvelserne påvirker dig stærkt, så er du med stor sikkerhed 6'er.

Hvis du ønsker at gennemgå en online Enneagramtest, så er der flere muligheder:

Mulighed 1 - gratis test

Denne test (RHETI) foregår på engelsk og tager ca. 45 minutter. Den har en nøjagtighed på ca. 80% forudsat, at du bruger den nødvendige tid på den og at du er koncentreret og svarer ærligt. Det samme gælder for alle online test.

<https://www.enneagraminstitute.com/>

Mulighed 2 - gratis test

Denne test er på dansk og tager også ca. 45 minutter.

<https://thinkaboutit.dk/enneagramtest>

Mulighed 3 - koster 397 kr.

Kisser Paludan har en test, som du kan læse mere om [her](#). Jeg har selv taget den, men det er længe siden. Så vidt jeg husker, er den på engelsk og tager også ca. 45 minutter. Her får du skriftlig feedback.

Der er ingen grund til at give penge for en test, med mindre du er meget usikker på din type.

Hvis de 3 spørgeskemaer og evt. kapitlet i bogen fortæller dig at du f.eks. er en type 6, så ER du næsten med 100% sikkerhed en type 6. Og så vil jeg klart anbefale dig at læse om din type i bogen fremfor at betale yderligere for en test.



Spørgeskema 1

Riso-Hudson QUEST®

VIGTIG LÆSNING INDEN DU GÅR I GANG

Hvis QUEST'en skal give dig et korrekt resultat, er det vigtigt, at du læser og følger disse få, simple anvisninger.

- ★ Vælg ét tekstafsnit i hver af de følgende 2 grupper af udsagn, der BEDST afspejler dine generelle holdninger og adfærd gennem det meste af livet indtil nu.
- ★ Du behøver ikke at være fuldstændig enig i hvert eneste ord eller udsagn i det afsnit du vælger! Måske er du kun enig i 80% eller 90% af det valgte afsnit og må alligevel vælge det fremfor de andre to i gruppen. Men du skal være på bølgelængde med den fremherskende tone og den generelle 'filosofi' i det afsnit, du vælger. Formentlig vil du også være uenig i nogle dele af hvert afsnit. Du skal ikke afvise et afsnit på grund af et enkelt ord eller udtryk. Kig på det samlede billede.
- ★ Undgå at overanalysere dine valg. Vælg det afsnit, som dit instinkt fortæller dig, også selvom du måske ikke er 100% enig i det hele. Det generelle indtryk og følelsen af afsnittet betyder mere end de enkelte elementer. Følg din intuition.
- ★ Hvis du ikke kan afgøre, hvilket afsnit der passer bedst på dig i én af grupperne, kan du vælge 2, men kun i den ene af grupperne.
- ★ Noter de valgte bogstaver fra gruppe 1 og 2 og læs tolkningen bagefter.

GRUPPE 1

- A. Jeg har været tilbøjelig til at være ret selvstændig og selvhævdende. Jeg har følt, at livet går bedst, hvis man møder det direkte. Jeg sætter min egne mål, involverer mig og ønsker at få ting til at ske. Jeg kan ikke lide at sidde med hænderne i skødet. Jeg vil gerne udrette noget stort og have indflydelse. Jeg søger ikke nødvendigvis konfrontationer, men jeg finder mig heller ikke i, at folk dirigerer rundt med mig. Det meste af tiden ved jeg, hvad jeg ønsker, og stræber efter det. Jeg har tendens til at arbejde hårdt og spille hård.
- B. Jeg har været tilbøjelig til at være stille, og jeg er vant til at være for mig selv. Som regel tiltrækker jeg mig ikke stor opmærksomhed i sociale sammenhænge og det er meget usædvanligt for mig at hævde mig selv for stærkt. Jeg har det ikke godt med at tage styringen eller at være ligeså konkurrerende som andre. Mange vil måske sige, at jeg er lidt af en drømmer, og mange af mine spændende oplevelser foregår i fantasien. Jeg kan være ret tilfreds uden at jeg hele tiden er nødt til at være aktiv.
- C. Jeg har været tilbøjelig til at være yderst ansvarlig og pligtopfyldende. Jeg har det skidt med ikke at opfylde mine forpligtelser og gøre det, der forventes af mig. Jeg ønsker, at mennesker skal mærke, at de kan regne med mig, og at jeg vil gøre det, jeg mener, er bedst for dem. Jeg har tit ydet store personlige ofre for andres skyld, hvad enten de vidste det eller ej. Tit tager jeg ikke godt nok vare på mig selv. Jeg udfører arbejde, der skal gøres og slapper af i den overskydende tid, ved at lave det, jeg selv har lyst til.



GRUPPE 2

- X. Jeg er et menneske, der som regel har et positivt syn på tingene, og jeg er vis på, at tingene ordner sig til det bedste. For det meste kan jeg finde noget at være begejstret over og forskellige måder at beskæftige mig selv på. Jeg kan lide at være sammen med andre og gøre dem glade, og det er en fornøjelse at dele mit eget velbefindende med dem. (Jeg er ikke altid i godt humør, men jeg prøver ikke at vise andre det!). Nogle gange har jeg dog udskudt mine egne problemer for længe for at bevare min positivitet.
- Y. Jeg er et menneske med stærke følelser involveret, og de fleste er klar over, hvis der er noget, jeg ikke har det godt med. Jeg kan være på vagt overfor mennesker, men jeg er mere følelsesbetonet end jeg vil være ved. Jeg ønsker at vide, hvor jeg står i andres bevidsthed, og hvem eller hvad jeg kan regne med. Det er ret åbenlyst for andre, hvor de har mig. Når jeg er ude af flippen over et eller andet, vil jeg have andre til at reagere og blive lige så ophidsede som mig. Jeg kender spillereglerne, men folk skal ikke fortælle mig, hvad jeg skal gøre. Jeg træffer min egne beslutninger.
- Z. Jeg er tilbøjelig til at være selvkontrolleret og logisk, og er utilpas ved at skulle håndtere følelser. Jeg er effektiv indtil det perfektionstiske og forestrækker at arbejde på egen hånd. Når der opstår problemer eller personlige konflikter, fortrækker jeg at holde mine følelser ude af situationen. Nogle siger, at jeg er for fattet og udeltagende, men jeg ønsker ikke at mine følelsesreaktioner skal aflede mig fra det, der er virkelig vigtigt for mig. Som regel viser jeg ikke mine reaktioner, når andre får ram på mig.

Tolkning af QUEST testen

De to bogstaver, du har valgt, danner tilsammen en dobbeltkode.

Hvis du f.eks. har valgt afsnit C i gruppe 1 og afsnit Y i gruppe 2, danner de tilsammen dobbeltkoden CY.

I yderste højre kolonne kan du. Se, hvilken basal personlighedstype, QUEST'en angiver dig som:

Dobeltkode	Type	Type og vigtige egenskaber
AX	7	Entusiasten: optimistisk, dygtig, impulsiv
AY	8	Udfordreren: selvsikker, beslutsom, dominerende
AZ	3	Udretteren: tilpasningsdygtig, ambitiøs, imagebevidst
BX	9	Fredsskaber: modtagelig, bekræftende, tilfreds
BY	4	Individualisten: intuitiv, æstetisk, selvcentreret
BZ	5	Udforskeren: indsigtfuld, fornyede, uafhængig
CX	2	Hjælperen: omsorgsfuld, generøs, besiddende
CY	6	Loyalisten: engageret, ansvarlig, vagtsom
CZ	1	Reformatoren: rationel, principfast, kontrolleret



Spørgeskema 2

Riso-Hudson TAS®

Persontype 1

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	De fleste mennesker opfatter mig som et seriøst og fornuftigt menneske - og når alt kommer til alt, så er det vel det, jeg er.
2.	Jeg har altid forsøgt at være ærlig og objektiv i forhold til mig selv - og jeg er besluttet på at følge min samvittighed uanset omkostningerne.
3.	Selvom der findes en vild side i mig, så har det ikke ligefrem være min stil.
4.	Det virker som om, jeg har en indre dommer i mit hoved. Nogle gange er dommeren klog og bruger sin skelneevne, men tit er den bare streng og hård.
5.	Jeg føler, at jeg har betalt en stor pris for at forsøge at være perfekt.
6.	Jeg ville gerne grine ligeså hyppigt som andre - jeg burde gøre det noget oftere!
7.	Mine principper og idealer inspirerer mig til at yde mere og får mit liv til at føles meningsfyldt.
8.	Jeg forstår ikke, hvorfor så mange mennesker har så slappe standarder.
9.	Jeg er nødt til at være mere organiseret og metodisk end andre, fordi der er så meget, som står og falder med, at jeg gør det.
10.	Jeg føler en personlig mission, måske endda et kald til noget højere, og jeg tror, at der er noget helt usædvanligt, som jeg kan gøre her i livet.
11.	Jeg hader fejltagelser, og derfor plejer jeg at være utrolig grundig for at sikre mig at tingene bliver gjort ordentligt.
12.	En stor del af livet har jeg troet på, at ret er ret, og forkert er forkert - og sådan er det!
13.	Det er svært for mig at lade tingene være, som de er.
14.	Meget ansvar er lagt på mine skuldre. Hvis jeg ikke havde været situationen voksen, så ved kun guderne, hvad der ville være sket.
15.	Jeg er dybt bevæget over menneskers ædelmod og anstændighed i pressede situationer.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 1

15	Du er formentlig IKKE en imødekommende type (hverken 1, 2 eller 6)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 1
30 - 45	Du har formentlig 1'er temaer eller en 1'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 1'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 1'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 1'eren for snævert)

1'erne forveksler nemmest sig selv med 4'ere, 5'ere eller 6'ere.
hvorimod 3'ere, 6'ere og 7'ere nemmest forveksler sig selv med 1'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 2

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Min ægte omsorg for andre gør, at jeg bliver dybt involveret i dem - i deres håb, drømme og behov.
2.	Det føles naturligt at være venlig. Jeg får let samtaler i gang og er på fornavn med alle.
3.	Jeg har opdaget, at mennesker reagerer positivt på mig, hvis jeg giver dem en smule opmærksomhed og opmuntring.
4.	Jeg kan ikke se en omstrejfende hund på gaden uden at ønske at tage den med hjem.
5.	Jeg er glad for at være det betænksomme, generøse menneske, jeg er.
6.	Jeg har svært ved at tage æren for alle de ting, jeg har gjort for andre mennesker, men det naget mig meget, når de tilsyneladende ikke lægger mærke til det og er ligeglade.
7.	Det er sandt, at jeg ofte gør mere for andre, end jeg burde. Jeg giver for meget væk og tænker ikke nok på mig selv.
8.	Jeg griber tit mig selv i at forsøge at vinde menneskers sympati, navnlig hvis de til at begynde med virker ligeglade med mig.
9.	Jeg føler stor glæde ved at underholde og være vært for mine venner og den "udvidede familie".
10.	Jeg kan være varm og støttende, men jeg er mere stålsat end andre tror.
11.	Jeg kan udtrykke mine følelser for mennesker mere åbent end de fleste.
12.	Jeg bestræber mig på at vide, hvad der sker med de mennesker, jeg holder af.
13.	Jeg opfatter mig selv lidt som én, der læger knuste hjerter.
14.	Mit helbred og min økonomi har lidt under, at jeg har været nødt til at tilgodese andre menneskers behov og interesser før mine egne.
15.	Jeg elsker at give den hele armen for at mennesker skal føle sig velkomne og værdsatte.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 2

15	Du er formentlig IKKE en imødekommende type (hverken 1, 2 eller 6)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 2
30 - 45	Du har formentlig 2'er temaer eller en 2'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 2'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 2'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

2'erne forveksler nemmeste sig selv med 4'ere, 7'ere eller 1'ere.
hvorimod 9'ere, 6'ere og 7'ere nemmest forveksler sig selv med 2'ere.



Spørgeskema 2

Riso-Hudson TAS®

Persontype 3

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Jeg opfatter mig selv som en særdeles kompetent person. Det går mig virkelig på, hvis jeg ikke er absolut effektiv og ydedygtig.
2.	Når tingene går godt for mig, stråler jeg nærmest af en indre glæde over at være den, jeg er, og at leve, som jeg gør.
3.	Jeg forsøger at vise for for andre i det bedst mulige lys - men gør alle ikke det!
4.	Mine følelser er tilbøjelige til at blive lidt fremmede for mig. Jeg føler noget stærkt en stund, men så går jeg videre med det, jeg er i gang med.
5.	Det er vigtigt for mig at føle, at jeg har succes, selvom jeg endnu ikke er så stor en succes, som jeg gerne vil være.
6.	Jeg er på godt og ondt god til at dække over min usikkerhed. Mennesker er ikke i stand til at gætte mine virkelige følelser.
7.	Jeg ønsker at gøre et godt indtryk på mennesker, og derfor er jeg som regel høflig, har gode manerer og er venlig.
8.	Jeg ved, hvor godt mine venner og kollegaer klarer sig, og jeg er tilbøjelig til at sammenligne mig med dem.
9.	Jeg stræber efter at være den bedste til det, jeg laver. Hvis jeg ikke kan udmærke mig på et felt, gider jeg som regel ikke beskæftige mig med det.
10.	Jeg har nogle gange skudt genvej for at nå mine mål.
11.	Når jeg er usikker, kan jeg være ret reserveret og kølig overfor andre.
12.	Det generer mig kraftigt, hvis andre ikke anerkender det fortrinlige i min præstation.
13.	Jeg er bedre til at tilpasse mig end de fleste. Hvis tingene ikke går godt, ved jeg, hvordan jeg skal ændre adfærd for at opnå de resultater, jeg ønsker.
14.	Jeg er altid fokuseret på et mål og ved, hvordan jeg skal motivere mig selv for at nå det.
15.	Jeg har en tendens til at være arbejdsnarkoman. Jeg føler mig uden og mål og med, hvis jeg ikke udretter noget.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 3

15	Du er formentlig IKKE en selvhævdende type (hverken 3, 7 eller 8)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 3
30 - 45	Du har formentlig 3'er temaer eller en 3'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 3'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 3'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

3'erne forveksler nemmeste sig selv med 5'ere, 1'ere eller 8'ere.
hvorimod 8'ere, 7'ere og 9'ere nemmest forveksler sig selv med 3'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 4

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Mange mennesker opfatter mig som gådefuld, vanskelig og modsigelsesfuld - og det kan jeg godt lide ved mig selv!
2.	Jeg er tilbøjelig til at ruge længe over mine negative følelser, før jeg kan slippe dem fri.
3.	Jeg føler mig ofte alene og ensom, selv når jeg er sammen med mennesker, jeg er tæt knyttet til.
4.	Hvis jeg bliver kritiseret eller misforstået, er jeg slem til at trække mig tilbage og surmule.
5.	Jeg har svært ved at involvere mig i projekter, hvis jeg ikke har den kreative styring.
6.	Jeg er tilbøjelig til ikke at følge regler eller imødekomme forventninger, fordi jeg gerne vil give alt, hvad jeg laver, mit eget personlige præg.
7.	Jeg er efter de flestes målestok temmelig dramatisk og temperamentsfuld.
8.	Jeg har en tendens til at forestille mig optrin og samtaler, som ikke nødvendigvis har fundet sted.
9.	Jeg længes efter én, der kommer og redder mig ud af hele dette ørkesløse kaos.
10.	Når der er hård modstand, er jeg tilbøjelig til at bryde sammen og give op - måske har jeg for let ved at give op.
11.	Jeg kan tilgive næsten alt undtagen dårlig smag.
12.	I almindelighed synes jeg ikke om at arbejde for tæt sammen med andre.
13.	At finde mig selv og være tro mod mine følelsesmæssige behov har været ekstremt vigtige motivationer for mig.
14.	Jeg bryder mig hverken om at tage føringen eller at skulle følge efter.
15.	Jeg er særdeles opmærksom på mine intuitioner, hvad enten jeg har mod til at handle på dem eller ej.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 4

15	Du er formentlig IKKE en selvhævdende type (hverken 3, 7 eller 8)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 3
30 - 45	Du har formentlig 3'er temaer eller en 3'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 3'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 3'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

4'erne forveksler nemmeste sig selv med 2'ere, 1'ere eller 9'ere.
hvorimod 1'ere, 6'ere og 5'ere nemmest forveksler sig selv med 4'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 5

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Jeg kan lide at fordybe mig i tingene og hænge mig i detaljerne, indtil jeg har fundet ud af sammenhængen så godt som muligt.
2.	Jeg er et meget privat menneske og lukker ikke mange ind i min verden.
3.	Jeg føler mig ikke stor eller mægtig. Snarere lille og usynlig. Jeg ville være god som spion!
4.	Andre mennesker ville anse mig for skør, hvis de vidste, hvad jeg for det meste går og tænker.
5.	Man kan kun træffe en rationel beslutning, hvis man skaffer sig præcis information - men altså, de fleste mennesker er ikke virkelig rationelle.
6.	Min familie mener, at jeg er noget mærkelig og sær. De har ofte sagt til mig, at jeg burde komme noget mere ud.
7.	Jeg kan tale som et vandfald, når jeg ønsker det, men for det meste iagttager jeg blot vanviddet omkring mig.
8.	Hvis du gerne vil have mig til at løse et problem, så lad mig arbejde med det i fred, indtil jeg finder svaret på det.
9.	Hvis man tænker lidt nærmere over det, kan man ikke finde noget mere mærkværdigt end såkaldt normal adfærd.
10.	Jeg er tilbøjelig til at bruge lang tid på at finjustere de projekter, jeg arbejder på.
11.	De fleste mennesker er så utrolig uvidende. Det er forbløffende, at der overhovedet er ting, der fungerer.
12.	Jeg ved meget om mange ting, og på nogle få områder anser jeg mig selv for at være en ekspert.
13.	Jeg er utrolig nysgerrig og nyder at undersøge, hvorfor tingene er, som de er - selv de mest indlysende forhold er ikke helt så indlysende, når man kigger nærmere efter.
14.	Min tankevirkosomhed er så intens og aktiv, at jeg tit føler, at den gløder.
15.	Jeg mister ofte tidsfornemmelsen, fordi jeg koncentrerer mig fuldstændig om det, jeg laver.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 5

15	Du er formentlig IKKE en tilbagetrukken type (hverken 4, 5 eller 9)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 5
30 - 45	Du har formentlig 5'er temaer eller en 5'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 5'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 5'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

5'erne forveksler nemmest sig selv med 4'ere, 6'ere eller 1'ere.
hvorimod 9'ere, 3'ere og 1'ere nemmest forveksler sig selv med 5'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 6

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Jeg er på samme tid tiltrukket af autoriteter og mistroisk overfor dem.
2.	Jeg er meget følelsesbetonet, selvom jeg ofte ikke viser, hvad jeg føler - undtagen til de mennesker, jeg er tættest på - og selv da, gør jeg det ikke altid.
3.	Hvis jeg laver en fejl, frygter jeg, at alle vil være på nakken af mig.
4.	Jeg føler mig mere sikker, når jeg gør, hvad der forventes af mig, end hvis jeg handler på egen hånd.
5.	Jeg er ikke altid enig i reglerne og jeg følger dem ikke altid, men jeg vil gerne kende dem.
6.	Jeg er tilbøjelig til at få et stærkt førstehåndsindtryk af mennesker, som ikke er let at ændre.
7.	Det er få, jeg ser op til - de er en slags helte for mig.
8.	Jeg bryder mig ikke om at træffe vigtige beslutninger, men jeg ønsker bestemt heller ikke, at andre træffer dem for mig!
9.	Nogle mennesker opfatter mig som anspændt og nervøs - de aner ikke, hvor galt det står til.
10.	Jeg ved, hvor meget rod, jeg selv skaber - og derfor giver det god mening for mig at være på vagt overfor, hvad andre kan finde på.
11.	Jeg ville gerne have tillid til mennesker, men griber mig selv i at betvivle deres motiver.
12.	Jeg arbejder hårdt og slider, indtil arbejdet er færdigt.
13.	Jeg lytter til menneskers mening, jeg har tillid til, inden jeg skal træffe en vigtig beslutning.
14.	Det er virkelig underligt: jeg kan være skeptisk eller ligefrem kynisk i forhold til alt muligt og derpå skifte holdning og sluge det hele råt.
15.	Bekymring er mit mellemnavn.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 6

15	Du er formentlig IKKE en imødekommende type (hverken 1, 2 eller 6)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 6
30 - 45	Du har formentlig 6'er temaer eller en 6'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 6'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 6'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

6'erne forveksler nemmeste sig selv med 4'ere, 8'ere eller 1'ere.
hvorimod 2'ere, 5'ere og 1'ere nemmest forveksler sig selv med 6'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 7

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Jeg elsker at rejse og opdage ny slags mad, mennesker og oplevelser - hele livets fantastiske puls.
2.	Min kalender er som regel fyldt, og det har jeg det bedst med. Jeg gror ikke fast.
3.	Spænding og afveksling betyder mere for mig end bekvemmelighed og tryghed - selvom jeg gør mig livet behageligt, når jeg kan.
4.	Mine tanker er konstant beskæftigede - nogle gange er det som om, jeg tænker på 10 ting samtidig.
5.	Det eneste, jeg ikke kan holde ud, er at kede mig - så jeg sørger for, at jeg aldrig keder mig.
6.	Jeg er ret engageret i mine forhold, men når de er forbi, går jeg videre til det næste.
7.	Jeg er nysgerrig og eventyrlysten og som regel den første i vennekredsen, der prøver alt det nye og interessante.
8.	Når jeg ikke længere har lyst til at gøre noget, holder jeg op.
9.	Jeg er ikke kun et menneske, der har det sjovt. Der er også en alvorlig og endda mørk side i mig, selvom jeg ikke bryder mig om at opholde mig dér
10.	Jeg har mere styr på de store linjer end på de små enkeltheder. Det er morsommere at lave brainstorming og komme med en masse nye idéer end at være nødt til at føre dem ud i livet.
11.	Når der er noget, jeg virkelig gerne vil have, finder jeg som regel altid en måde at få det på.
12.	Engang imellem er der noget, der taget humøret fra mig, men jeg får det hurtigt tilbage igen.
13.	Et af mine store problemer er, at jeg let bliver afledt og spreder mig over for meget.
14.	Jeg er tilbøjelig til at bruge flere penge end jeg burde.
15.	Det er fint at være sammen med andre om noget - så længe de vil det samme som mig.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 7

15	Du er formentlig IKKE en selvhævdende type (hverken 3, 7 eller 8)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 7
30 - 45	Du har formentlig 7'er temaer eller en 7'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 7'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 7'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

7'erne forveksler nemmeste sig selv med 2'ere, 4'ere eller 9'ere.
hvorimod 9'ere, 3'ere og 2'ere nemmest forveksler sig selv med 7'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 8

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Jeg er særdeles selvstændig, og jeg bryder mig ikke om at være afhængig af andre for at få det, jeg virkelig har brug for.
2.	Jeg føler, at "hvor der handles, der spildes".
3.	Når jeg synes om mennesker, begynder jeg ofte at tænke på dem "som mine", og jeg føler, at jeg er nødt til at varetage deres interesser.
4.	Jeg ved, hvordan jeg skal få resultater; jeg ved, hvordan jeg skal belønne mennesker og lægge pres på dem for at få tingene gjort.
5.	Jeg har ikke den store sympati for dem, der er svage og vakler - svaghed indbyder kun til problemer.
6.	Jeg har en stærk vilje, og jeg giver ikke så nemt op eller bakker ud.
7.	Jeg kan ikke blive mere stolt end når jeg ser nogen, jeg har taget under mine vinger, klare sig selv.
8.	Jeg har en blød, ligefrem sentimental side, som jeg ikke lader ret mange mennesker se.
9.	Mennesker, som kender mig, ved, at jeg siger tingene ligeud og er fuldkommen ærlig med, hvor jeg står.
10.	Jeg har måttet arbejde hårdt for alt, hvad jeg har - jeg tror, at det er godt at kæmpe, fordi det hærder en og gør det klart for en, hvad man ønsker.
11.	Jeg ser mig selv som en udfordrer, som en, der får mennesker op af lænestolen og får dem til at yde deres bedste.
12.	Min sans for humor, er nede på jorden, undertiden ligefrem grov, og jeg synes, at de fleste mennesker er for sippede og tyndhudede.
13.	Jeg kan blive ubændigt rasende, men det driver over.
14.	Jeg føler stærkest, at jeg lever, når jeg gør noget, andre tror er umuligt. Jeg kan lide at gå helt til grænsen og se, om jeg kan gøre det umulige.
15.	Der er som regel nogen, der skal trække det korteste strå, og det skal ikke være mig.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 8

15	Du er formentlig IKKE en selvhævdende type (hverken 3, 7 eller 8)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 8
30 - 45	Du har formentlig 8'er temaer eller en 8'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 8'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 8'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

8'erne forveksler nemmest sig selv med 7'ere, 6'ere eller 4'ere.
hvorimod 6'ere, 3'ere og 7'ere nemmest forveksler sig selv med 8'ere.



Spørgeskema 2 Riso-Hudson TAS®

Persontype 9

Sæt tal på hvert af de følgende udsagn i den tomme kolonne til venstre svarende til, hvor godt de passer på dig efter denne skala:

1. ...passer aldrig nogensinde
2. ...passer sjældent
3. ...passer i nogen grad
4. ...passer som hovedregel
5. ...passer helt

1.	Det, mennesker tilsyneladende kan lide hos mig, er, at de føler sig trygge sammen med mig.
2.	Jeg har ikke noget imod at være sammen med andre, og jeg har heller ikke noget imod at være alene - begge dele er fint, så længe jeg er i fred med mig selv.
3.	Jeg har fundet en vis balance i livet, og jeg ser ingen grund til at eksperimentere med den.
4.	At have det "behageligt" i alle betydninger af dette ord, appellerer en hel del til mig.
5.	Jeg vil hellere lade en anden få sin vilje end at lave en scene.
6.	Jeg ved ikke præcis, hvordan jeg gør det, men jeg lader ikke ting gå mig på.
7.	Jeg er ret nem at stille tilfreds og føler som regel, at det, jeg har, er godt nok til mig.
8.	Jeg har fået at vide, at jeg virker adspredt og fraværende - sagen er, at jeg forstår ting, jeg ønsker bare ikke at reagere på dem.
9.	Jeg tror ikke, at jeg er specielt stivsindet, men mennesker siger, at jeg kan være stædig, når jeg først har besluttet mig.
10.	De fleste mennesker hidser sig for nemt op. Jeg er meget mere ligevægtig.
11.	Vi er nødt til at tage, hvad livet bringer, eftersom der alligevel ikke er meget, vi kan gøre ved det.
12.	Det er nemt for mig at se forskellige synspunkter, og jeg er tilbøjelig til at være mere enige end uenige med folk.
13.	Jeg tror på, at det gælder om at lægge vægt på det positive frem for at dvæle ved det negative.
14.	Jeg har, hvad man kan kalde en livsfilosofi, der leder mig og er til stor trøst for mig i vanskelige tider.
15.	I dagens løb gør jeg alt, hvad der er nødvendigt, men når dagen er omme, ved jeg virkelig, hvordan man slapper af og tager den med ro.
	Læg tallene sammen. Resultatet vil ligge mellem 15 og 75. Se skema.



Riso-Hudson TAS®

Tolkningsnøgle persontype 9

15	Du er formentlig IKKE en tilbagetrukken type (hverken 4, 5 eller 9)
15 - 30	Du er formentlig ikke en type 9
30 - 45	Du har formentlig 9'er temaer eller en 9'er forælder
46 - 60	Du har formentlig 9'er træk
60 - 75	Du er højst sandsynligt 9'er (men kan stadig være en anden type, hvis du ser 2'eren for snævert)

9'erne forveksler nemmeste sig selv med 2'ere, 5'ere eller 4'ere.
hvorimod 6'ere, 2'ere og 7'ere nemmest forveksler sig selv med 9'ere.



Nu står det måske ret klart for dig, hvilken Enneagramtype du er

Eller du har måske fået et hint i et par retninger.

Jeg kan varmt anbefale dig at købe denne her bog for at grave dig ned i,
hvad din type er født med af gaver og benspænd.

Jeg har lagt et link ind til det sted, hvor bogen plejer at være billigst.
Bare tryk på bogen, så kommer du automatisk derhen til.

Hvis du er spirituelt interesseret, så kan jeg også anbefale dig at læse den sidste del af
bogen, kapitel 16, som handler om Enneagrammet og spirituel praksis.

Rigtig god fornøjelse.

Kærlig hilsen
Susan

