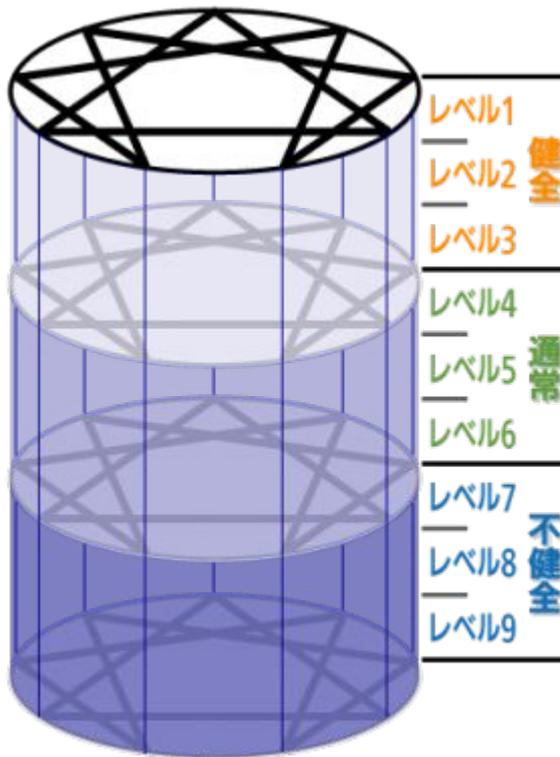


発達／成長の諸レベル～概略



エニアグラムの性格タイプは9つを同列に水平的に分けていますが、その分類に加えて人としての健全度という垂直の次元を加えたものが、「発達の諸レベル」です。この考えは、1977年にドン・リチャード・リソによって発見されました。その人がどの位、自己防衛的で心を閉ざしているか、心が身動きのとれない束縛された状態かまたは、どのくらい自由にオープンで柔軟で心を開いているか(解放)、という観点から、9つのレベルに分けています(レベル1～レベル9)。その9つレベルは、健全・通常・不健全の大きく3つの「レベル」に分けられています。

健全なレベル	レベル1～3	エネルギーに満ち、自由に喜びにあふれたレベル 自我から解放されたレベル。
通常のレベル	レベル4～6	大半の人はこのレベル。自己中心性が強まり、対人関係の葛藤が避けられないレベル。
不健全なレベル	レベル7～9	精神的な病気と言えるレベル。一時的にこのレベルに陥ることはあるが、ずっとこのレベルにいることはめったにない。

発達の諸レベルを学ぶことで、日常生活での自分の「レベル」が感じやすくなります。性格タイプの特性がより良くあらわれているとか、逆に心が囚われ不自由だ、と感じられることで、さらに落ちていくことへのシグナルに気づき、危険な状態に陥らせた行動や態度を改められやすくなります。

発達／成長の諸レベル～それぞれのレベルについて

【1】健全なレベル

レベル1: 解放のレベル

そのタイプの最も健全なレベルで、心理的な均衡状態にあり、自由で、特別霊的能力と長所が生まれる。＜統合の方向＞へ向かおうとするタイプにとって理想的な状態。

レベル2: 心理的受容のレベル

そのタイプはまだ健全であるが、自我とその防衛が幼児期からの根元的な不安に反応して現れ始める。両親との関係の結果として最も深い恐れと欲求が現れる。自己感覚と全体としての認識形式が姿を現す。

レベル3: 社会的価値のレベル

まだ健全であるが、だんだんそうではなくなってくる。自我がさらに活発になり、特有のペルソナを生み出す。そのタイプが人々や社会にもたらす健全な社会的な特徴が現れる。

【2】通常レベル

レベル4: 不均衡のレベル

そのタイプは、精神的活力の源はそれぞれのタイプによって異なっているが、その特有の源に近づくことによって微妙に不均衡になり始めている。それぞれのタイプのまだ気づかない精神的行き詰まりが現れ、もしそれが続けば、精神内部と対人関係での葛藤をどんどん生み出す。

レベル5: 対人関係支配のレベル

そのタイプがそれ特有の方法で環境を支配しようとするにつれ、自我が膨張する。防衛機制がますます深刻になる。そのタイプの墮落におけるはっきりとした転換点である。特性は目にみえてより不健全で、より否定的である。他の人々との葛藤が増える。

レベル6: 過補償のレベル

その人は、葛藤とますます大きくなる不安を過補償し始める。自己中心性の特有の形が現れる。手前勝手のさまざまな形が行動として現れるにつれ、他者との葛藤は避けられない。

【3】不健全なレベル

レベル7: 侵略のレベル

その人は、ますます大きくなる不安に襲われる自我を支えるための必死の試みの中で、それぞれ独自の不健全な生き残り戦術をとる。今や対人関係の衝突は深刻である。

レベル8: 妄想的思考と衝動脅迫的行為のレベル

深刻な精神内部の葛藤と、その結果としての妄想的な防衛が用いられる。現実と不安に屈服するよりも、現実をつくり変えようとする。神経症の状態: それぞれのタイプによって異なるなんらかの方法で、現実との接触を失っていく人物。

レベル9: 病理的崩壊のレベル

完全神経症の状態。現実との接点をもたず、幻想を守るため、そして、自分のしてしまったこととはっきりと理解する不安に自己を会わせないようにするために、自分自身を、そして他の人々を進んで破壊しようとする。直接的、もしくは間接的な自己破壊のさまざまな形が現れ、その結果、深刻な暴力、神経衰弱、または、死に至る。

出典: 性格のタイプー自己発見のためのエニアグラム

レベルの変化とそれぞれの概念について

◆変化の幅

人は1～9段階のレベルの上のどこかに位置する重心点をもち、習慣的な特定の範囲内でいくつかのレベルを上下する。状況や環境の変化や刺激やストレスを受けて、1日の内でもレベルが上下する。

重点の位置はゆっくりと変化する。内省による気づきと行動変容を心がけることでレベルは上昇し、性格に囚われ、自己防衛的態度を重ねれば重心は下降する。

◆気分とレベルの違い

レベルが上がるということは、気分の変化とは違う。気分がいい状態だからといって、必ずしも成長のレベルが上がった印ではない。

◆レベルとは

自由と「気づき(awareness)」の程度を表す状態。どれだけ私たちが自らの本質と繋がっているかを計る目安にもなる。

レベルが高いとは、困難な状況下であっても、心の落ち着きと活力があり、現実をしっかり関わっていること(幻想・妄想の逆)、こころの中心が定まり、地に足がついていて、自分自身や自らの本質的存在とつながっており、静かな喜びを味わう状況。

◆レベルが1つ落ちる時に、サインが現れる

◆本質

遺伝的気質を生み出す源。もともとその人の内に備わっている素晴らしい素質。

人は生存のためにさまざまな環境に適応していく過程で、本質から切り離されてしまい、性格が形つくられていく。性格とは、幼児期からの問題処理のためにできあがった装置である。

本質が”完全に覚醒した意識”にあり、自我を手放した状態であるのに対し、性格は”未熟な発達状態の意識”であり執着がある。

◆自己価値

無意識のうちに肯定的にとらえている「これが自分だ」という感覚。

自己価値の感覚はアイデンティティの原点となる。

◆目覚めの注意信号

健全の段階から通常の状態に移り始めている信号

◆社会的役割

通常の状態にいったん入ると、自分が特定のあり方でなければならない、そしてそういう自分として、他の人たちにも対応してほしいという気持ちが高まる。

自分の性格タイプの特定の対応メカニズムにかなり依存するようになる。また、そうしたメカニズムを通じて、「根元的欲求」を達成することにより執着するようになる。

レベルの変化とそれぞれの概念について

◆固有の誘惑

段階4で出てくる。そのタイプが不健全な状態に陥っていく下向きの螺旋を始動させる考え方や行動の仕方。固有の誘惑に負ければ、健全度を下げようという態度や行動にはまりこんでいく。

◆他者を操作する仕方

段階5において、自我のシナリオを守ろうとより自己防衛的になり、他者との葛藤が起きる。葛藤が起きるのは、社会的役割と同一化した各タイプが、人を使って自我の利益のために必要とするものを手に入れようとするから。

◆過補償

段階6で出てくる。自分の劣等性を補おうとする行動が過剰になること

◆鉛の法則

他者を操作しても自分のニーズを満たすことができないと、無意識に、積極的に他社に押し付けるようになる。

各タイプが自我を補強するために、他者をひどく傷つける。「もし私が相手を1ランク下げたら、私が1ランク上がることになる」という偽りの信念のもとに、自分が最もしてほしくないと思われることを、人にするようになる。

◆警告信号

不健全な段階に入る前に、差し迫った危機を知らせてくれる警告。

警告信号となる恐れにショックを受けて目覚めるなら、現在の危険な立場に陥らせた行動や態度をやめることができるかもしれない。しかし、その信号に注意することができなかつたり、そうする意欲がないと、自己敗北的な態度や行動に固執していき、急速に破滅的な状態に陥っていく。

タイプ1の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	受容的／賢明	賢い現実家	◆本質: 静謐 とつながる
	2	心理的受容	合理的／良心的	思慮分別のある人	◆自己価値: 私は思慮深く、 節度があり客観的だ
	3	社会的価値	責任感がある ／節操高い	規律ある教師	
<p>⚠ 目覚めの注意信号 全て自分で解決しなければという個人的責任感を感じる</p> <p>◆社会的役割: 教育する人～物事をどのようにすべきか、私は知っている</p>					
通常	4	不均衡	努力する／ 義務感がある	理想主義的な 改革者	◆固有の誘惑: 完璧でないこと に対する独りよがりの怒りが出る
	5	対人関係支配	規律正しい ／自己抑制的	きちょうめんな 人	◆他者操作: 人の誤りを指摘し、 自分と同じ基準を共有すべきだと 主張する
	6	過補償	批判的／ 善悪で裁く	断定的な完全 主義者	
<p>鉛の法則 他者の邪で墮落し、欠陥があるところを指摘する</p> <p>⚠ 警告信号 自分の理想が実際には間違っていて逆効果ではないかと、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	柔軟性がない ／不寛容	狭量な人	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的の 行為	矛盾している ／脅迫的	強迫観念に とらわれた偽 善者	
	9	病理的崩壊	非難する ／懲罰的	懲罰的な復讐 者	

タイプ2の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	無条件の愛／ 自己を大切に	公平無私な 利他主義者	◆本質:謙虚 とつながる
	2	心理的受容	思いやる ／共感的	思いやりのある人	◆自己価値:私は愛情深く、 思いやりがあり、私心がない
	3	社会的価値	与える／ 人を支える	育成ヘルパー	
⚠ 目覚めの注意信号 相手を取り込むために、人の所に出かけていかなければならないと信じる					
◆社会的役割:特別な友					
通常	4	不均衡	追従／善意の	熱狂的な友人	◆固有の誘惑:自分はいつも善意 であると考えてこと
	5	対人関係支配	おせっかい ／強い所有欲	独占欲が強い 「親密な人」	◆他者操作:人のニーズや欲求を 見つけだし、依存関係をつくること によって
	6	過補償	うぬぼれの強 い ／尊大	自尊心のある 「聖人」	
鉛の法則 人に愛や寛大さ、関心を受けるに値しないと感じさせる					
⚠ 警告信号 自分が友人や愛する人を追い払っていることを、恐れ始める					
不健全	7	侵略	人を操る／ 自己正当化	自己欺瞞的な操作 者	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的行 為	高圧的／ 当然の権利	威圧的な支配者	
	9	病理的崩壊	寄生虫的依存 ／犠牲者意識	心身症の被害者	

タイプ3の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	ほんもの ／内面志向	信頼できる人間	◆本質:正直 とつながる
	2	心理的受容	賞賛に値する ／適応力	自己確信をもった 人	◆自己価値:私は傑出していて 有能で、社会にうまく適応している
	3	社会的価値	自己陶冶 ／目標志向	優れた模範	
<p>⚠ 目覚めの注意信号 地位や関心を得るために、自分を駆り立て始める</p> <p>◆社会的役割:ザ・ベスト(最高)</p>					
通常	4	不均衡	パフォーマンス ／成功思考	競争心の強い 地位狙い	◆固有の誘惑:優越性を示そうと 他人と競い始めること
	5	対人関係支配	功利的/ イメージを意識	観念志向の 実利主義者	◆他者操作:人を魅了できる効果的 イメージであれば、何でも 取り入れることによって
	6	過補償	自分を売込む ／仰々しい	自分を売り込む 自己中心主義者	
<p>鉛の法則 人を横柄に扱ったり、軽蔑することで無価値だと思わせる</p> <p>⚠ 警告信号 自分が失敗しつつあること、自分の主張が欺瞞的であることを、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	欺瞞的/ 節操がない	搾取的な ご都合主義者	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的の 行為	日和見主義 ／二枚舌	悪意の裏切り者	
	9	病理的崩壊	仮借ない ／偏執狂的	執念深い精神病者	

タイプ4の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	人生価値向上 ／自己刷新	靈感を受けた創造者	◆本質:こころの平衡とつながる
	2	心理的受容	感受性豊か ／内省的	自分を意識している 直感力の人	◆自己価値:私は繊細で、独特で、 自分らしさがある
	3	社会的価値	自己開示 ／創造的	自己顕示の人	
<p>⚠ 目覚めの注意信号 想像力を通じて、気持ちに執着し、感情を強める</p> <p>◆社会的役割:特別な人</p>					
通常	4	不均衡	個人主義的 ／美化する	想像力に富んだ 芸術家	◆固有の誘惑:自己を探し求める ために想像力を使いすぎる
	5	対人関係支配	気まぐれ/ 自己陶酔的	自分のことに夢中 に なっている内向の 人	◆他者操作:気分が変わりやす くなり、人に顔色をうかがわせる ことによって
	6	過補償	退廃的/ 放縱的	放縱な唯美主義者	
<p>鉛の法則 人が取るに足りず、価値や意義がないかのように侮蔑的に扱う</p> <p>⚠ 警告信号 自分の人生をダメにし、折角の機会を無駄にしていることを、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	疎外された ／憤慨した	疎んじられて 憂鬱な人	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的 行為	うつ状態 ／自己否定	感情的に 痛めつけられた人	
	9	病理的崩壊	人生否定 ／絶望した	自滅の人	

タイプ5の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	予見力／ 参加する	先駆的な洞察者	◆本質:無心 とつながる
	2	心理的受容	頭の切れる ／観察が鋭い	洞察力の鋭い観察者	◆自己価値:私は頭がよく、 好奇心があり、独立している
	3	社会的価値	革新的 ／集中力	博識の熟練者	
⚠ 目覚めの注意信号 現実から逃避して、概念や知的世界に入り込む					
◆社会的役割:専門家					
通常	4	不均衡	準備する ／概念化	分析的な専門家	◆固有の誘惑:あらゆるものを分析 すること、そして考えすぎる
	5	対人関係支配	頭が一杯／ よそよそしい	熱心に身を入れた 理論家	◆他者操作:何かに没頭し人から 気持ちが離れる、他者を遠ざける ことによって
	6	過補償	挑発的／極端	物事を極端に 単純化する人	
鉛の法則 人に無力で、無能で、愚かで、役に立たないと感じさせる					
⚠ 警告信号 自分が取り巻く世界や人間関係で居場所を見つけられないことを、恐れ始める					
不健全	7	侵略	奇矯な ／虚無的	孤立した虚無主義者	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的の 行為	精神錯乱 ／怯える	妄想的偏執性の人	
	9	病理的崩壊	忘却を求める ／自己破壊	空虚な分裂症質の 人	

タイプ6の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	勇敢な／ 自己信頼	自己を主張する人	◆本質: 勇気 とつながる
	2	心理的受容	信頼に値する ／ 人を惹きつける	責任を負う人	◆自己価値: 私はしっかりしていて、 注意深く、頼りになる
	3	社会的価値	協力的／ 責任感がある	任務を負った忠臣	
<p>⚠ 目覚めの注意信号 自分の外にあるものに導きを求めて、依存し始める</p> <p>◆社会的役割: 頼もしい人</p>					
通常	4	不均衡	忠実な／ 義務を果たす	従順な伝統主義者	◆固有の誘惑: 他人を頼り、 許可なしでは行動できなくなる
	5	対人関係支配	優柔不断 ／曖昧な	両価的な人	◆他者操作: 文句を言い、人がどれ だけ自分に関わってくれるか試す ことによって
	6	過補償	非難する／ 権威主義的	自分の劣等性を 補おうとする行動が 過剰な厄介な奴	
<p>鉛の法則 人を支える仕組みを揺るがせ、どうにか孤立させようとする</p> <p>⚠ 警告信号 自分自身の行動が安全を損ねることを、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	過度に依存 ／うろたえる	当てにならない人	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的の 行為	激しく非難 ／被害妄想	過剰反応する ヒステリーの人	
	9	病理的崩壊	自己破壊的 ／自己卑下	自滅的な自己虐待 者	

タイプ7の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	満ちたりた ／深い感謝	有頂天な鑑賞者	◆本質: 従容 とつながる
	2	心理的受容	熱中した ／先を読む	幸福な熱狂者	◆自己価値: 私は幸福で、自由で、外向的だ
	3	社会的価値	生産的 ／現実的	多方面に能力を 発揮する熟達者	
<p>⚠ 目覚めの注意信号 よりよいものがどこか他で手に入ると感じる</p> <p>◆社会的役割: 元気にさせる人</p>					
通常	4	不均衡	忙しい／ 何でも欲しがる	経験豊かな物知り	◆固有の誘惑: 楽しませてもらえるもの(体験であれ物であれ)は何でも欲しがること
	5	対人関係支配	行動過多 ／散漫	異常に活動的な 外交性の人	◆他者操作: 人の注意を逸らし、自分の要求に応えるように主張することによって
	6	過補償	行き過ぎ／ 自己中心的	極端な実利主義者	
<p>鉛の法則 人に痛みを引き起こし、さまざまな方法で、欠乏感を味わわせる</p> <p>⚠ 警告信号 自分の活動が、痛みと不幸せをもたらしていることを、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	逃避的／ 飽くこと知らず	衝動的な現実逃避者	
	8	妄想的思考と衝動脅迫的行為	向こう見ず ／躁状態	躁病的な衝動の人	
	9	病理的崩壊	麻痺／ 打ちのめされた	恐怖に取りつかれた 「ヒステリーの人」	

タイプ8の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	英雄的／ 自己の明け渡し	度量の大きい英雄	◆本質:無垢 とつながる
	2	心理的受容	力強い／ 自力本願	自信に満ちた人	◆自己価値:私は自己主張し、 直接的で、才覚がある
	3	社会的価値	先導する／ 自信がある	建設的な統率者	
<p>⚠目覚めの注意信号 事を起こすために押し進み、戦わなければと感じる</p> <p>◆社会的役割:岩</p>					
通常	4	不均衡	進取的 ／実利的	新取の気に満ちた 冒険者	◆固有の誘惑:誰にも頼らずに 完全に自分だけでやっていけると 考えること
	5	対人関係支配	支配的／ 自己賛美する	幅をきかした 権力の仲介者	◆他者操作:人を支配し、自分の 言う通りにするように要求すること によって
	6	過補償	威嚇的 ／対決的	対決的な敵対者	
<p>鉛の法則 威嚇することで、傷つき、コントロールされていると人に感じさせる</p> <p>⚠警告信号 人が自分にそむき、報復するだろうということを、恐れ始める</p>					
不健全	7	侵略	独裁的／無情	残酷な暴君	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的の 行為	恐怖で圧倒 ／誇大妄想的	全能な誇大妄想者	
	9	病理的崩壊	破壊主義的 ／社会病質的	凶暴な破壊者	

タイプ9の発達／成長の諸レベル

	レベル	レベルの特性 (タイプ共通)	態度／行為	人物像	キーワード
健全	1	解放	不屈／沈着な	沈着冷静な人間	◆本質:行動 とつながる
	2	心理的受容	温和／ 自意識がない	受容性に富んだ人	◆自己価値:私は安定し、 のんびりしていて、親切だ
	3	社会的価値	慰めとなる ／私心がない	我慢強い調停者	
⚠ 目覚めの注意信号 表面的に人に合わせる					
◆社会的役割:特別でない人					
通常	4	不均衡	周りに合わせる ／控え目	周りに順応して 役割を演じる人	◆固有の誘惑:人に合わせようと、 人の言いなりになりすぎる
	5	対人関係支配	関わらない ／受動的	受け身で物事に 関わらない人間	◆他者操作:気持ちが離れると、 暗黙の抵抗をすることによって (黙って何もしない)
	6	過補償	なだめる ／懐柔する	諦観した運命論者	
鉛の法則 関心を示さない方法を取ることで、自分とのつながりを失ったと感じさせる					
⚠ 警告信号 現実に迫られ、自分の問題に取り組まざるを得ないだろうことを、恐れ始める					
不健全	7	侵略	投げやり／ 抑圧された	投げやりな人	
	8	妄想的思考と 衝動脅迫的 行為	分別を失う ／関係を断つ	付き合いをしない人	
	9	病理的崩壊	姿を消す ／捨て鉢の	自分だけに 浸り切った人	