

HumanGuide®



# Personlighetsteorin Åtta boxar

(ett utdrag ur boken Låt personligheten blomma)

*En blåtråd för livsbalans i ditt livsrum...*

[www.humankonsult.se](http://www.humankonsult.se) info@humankonsult.se

© 2000 H.E. HUMANKONSULT AB, Rolf Kenmo

22-04-06

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>Utdraget ur boken .....</b>	<b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b>
Feedback från bokens läsare... ..	4
<b>Personlighetsteorin Åtta boxar .....</b>	<b>5</b>
En förenkling av L Szondis personlighetsteori .....	5
Faktorerna i personlighetsteorin .....	5
<i>Sensibilitet</i> .....	6
<i>Kraft</i> .....	7
<i>Kvalitet</i> .....	8
<i>Exponering</i> .....	9
<i>Struktur</i> .....	10
<i>Fantasi</i> .....	11
<i>Stabilitet</i> .....	12
<i>Kontakter</i> .....	13
Likheter och olikheter mellan faktorerna .....	14
Det finns nu en ytterligare utveckling av Szondis teori .....	16
En populariserad summering av faktorerna .....	16

## Mer att lära i boken ”Låt personligheten blomma”

”**Personlighetsteorin Åtta boxar**” är ett av kapitlen i boken. Det beskriver kortfattat de åtta faktorerna i personlighetsteorin. Syftet med boken är att ge stöd för personlig utveckling. Bland annat finns det ett kapitel om att utforma en s k StyrkeStrategi, som beskriver konsekvenserna av den egna personligheten i form av möjligheter och risker samt hur de kan beaktas. Vidare finns det ett kapitel om hur man kan komma fram till och bestämma sig för sina tre Powergoals.

Den blå tråden för konceptet är

1. Gör en PersonProfil för att se din personlighet tydligare
2. Gör en StyrkeStrategi, som ska ge ledning för högre livskvalitet
3. Bestäm dina tre Powergoals, så du vet hur du kan ta dig mot din vision

Övriga kapitel är

- Personlig utveckling - förutsättningar och sunda principer
- Positivt tänkande - hur du kan ta tillvara möjligheter och få ett extra stöd för din och andras personliga utveckling
- Steg 1 – Att tolka en PersonProfil – hur du tolkar den profil, som du fått som resultat av testet via internet (steg 2 är StyrkeStrategin och steg 3 är Powergoals)
- Hur coacha sig själv och andra - ett centralt kapitel i boken – har en detaljerad genomgång av personlighetsteorins faktorer t ex finns utförliga råd för varje faktor
- Exemplet Rolf Kenmo - ett exempel på en livshistoria ur ett personlighetsperspektiv, dvs hur personligheten påverkar yrkesval, vad man är intresserad av, livspartner, etc
- Effektivitet eller livsbalans - här behandlas viktiga ställningstaganden för ditt liv
- Tips för framgångsrik utveckling - hur du ser till att en önskad förändring inträffar
- Annorlunda möjligheter - stimulans för att få lust att förändra
- Lycka till – där det betonas att du måste prioritera och vara målmedveten för att lyckas med personlig utveckling. Dessutom tipsas om några läsvärda böcker i samma anda som denna bok

Syftet med kapitlet **Personlighetsteorin Åtta boxar** är att ge en grundläggande förståelse av dig själv och andra. Alla vet att vi människor är olika, men hur ofta beaktar vi det i vardagen? Det är alltid enklast att tro att alla gillar samma saker som jag, etc.

Genom att du ökar din självkänedom kopplat till en bra personlighetsteori, så förstår du dig själv bättre. Därmed ökas även din förståelse för andras sätt att vara, vilket i sin tur ger dig bättre möjligheter för en god samverkan med andra.

Lycka till!  
Rolf

## Feedback från bokens läsare...

*»Jag blev rekommenderad boken och blev fast. Jag har lärt mig mer, än jag fått lära mig hittills i mitt 26-åriga liv!*

*Din bok berörde mig. Den gav mig nya perspektiv, en ny toleransnivå. Den har varit till stor hjälp för mig.»*

LS, Farmaceut

*»Otroligt bra bok. Förmodligen det bästa jag har läst. Det som imponerat stort på mig är att du lyckats få allt så koncentrerat, dvs inget brus eller onödig information utan bara klockren faktakunskap, som man kan ta till sig omedelbart.*

*Jag har redan haft nytta av kunskaperna både i privatlivet och i arbetslivet. Ibland så använder jag boken som »uppslagsbok».*

*Jag är 32 år gammal, så det känns lite, som att jag har tagit del av en livserfarenhet och kunskap, som jag ännu inte har. Jag har lärt mig mer om mig själv och andra människor, men som du skriver i boken: Det gäller att fortsätta sin utveckling hela tiden.»*

JB, Ingenjör

*»Boken har jag läst både en och två gånger. Jag har även lånat ut till bekanta, för den är värd att läsa. Boken har gett mig en djupare förståelse för att människor är olika, varför de är olika och hur de uttrycker sig.*

*Jag tillämpar bokens budskap i alla mina relationer. Framförallt har den hjälpt mig i min relation med min chef och sambo. Jag märker att jag fått även en djupare förståelse för mig själv och hur jag fungerar. Jag har nu nycklar och verktyg att agera på alternativa sätt, vilket har berikat mitt liv!»*

CK, Lärare

*I boken Låt personligheten blomma delar Rolf Kenmo in våra egenskaper i vad han kallar »Åtta boxar». Med hjälp av de åtta boxarna kan vi ringa in vår personlighet för att coacha både oss själva och andra. Våra olika egenskaper har både en fram- och en baksida. Baksidan är inte negativ utan visar på en utvecklingspotential.*

*Författaren visar hur olika egenskaper samverkar eller kolliderar och använder sitt eget liv som exempel. Låt personligheten blomma tar även upp ämnen som mental träning, stress och positivt tänkande samt inspirerar läsaren att göra en StyrkeStrategi och komma fram till tre Powergoals.*

*Kenmo är omsorgsfull i det han skriver och delger oss, och han använder ett bildspråk som ger nya vinklar på temat »Känn dig själv».*

Ylva Florman, BTJ  
(Bibliotekstjänst, BTJ-häfte nr 17, 2009)

# Personlighetsteorin Åtta boxar

## En förenkling av L Szondis personlighetsteori

Leopold Szondis personlighetsteori har stora användningsmöjligheter när det gäller att beskriva och förklara mänskligt beteende. Teorin är dock mycket avancerad, vilket gör att det tar tid att lära sig alla aspekter. Att den är avancerad är bland annat användbart i kliniska sammanhang, men innebär en onödigt hög ambitionsnivå om syftet är att en lekman någorlunda enkelt ska lära sig teorin. Detta är bakgrunden till den förenklade teorin Åtta boxar.

Syftet är att lekmannen ska kunna lära sig en personlighetsteori för att öka förståelsen för både sin egen och andras personlighet.

## Faktorerna i personlighetsteorin

Faktorerna redovisas i form av ett antal typiska egenskaper, som var och en har en fram- och baksida. Framsidan gäller när en egenskap används på ett bra sätt. Baksidan gäller när användningen är utvecklingsbar.

För varje faktor finns en symbol, som ska göra det lättare att komma ihåg vad faktorn står för. Vidare finns en symbolisk färg, som även den ska vara ett minnesstöd.

Därefter redovisas faktorns starka sidor. Typiska problem behandlas i nästa kapitel ”Hur coacha sig själv och andra?”. Där får du tips om hur problemen kan hanteras.

## ***Sensibilitet***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
tillmötesgående	självutplånande
hänsynsfull	släpphänt
förstående	godtrogen
diplomatisk	hal
förekommande	inställsam
varsam	mesig
lyhörd	överkänslig
tjänstvillig	fjäskig



Symbolerna som används för varje faktor ska underlätta för dig att komma ihåg vad faktorn (drivkraften) innebär. HANDEN MED HJÄRTAT ska symbolisera omtanke och service.

Färgen ORANGE, som ska användas som ifyllnadsfärg för *sensibilitet* i allt arbetsmaterial till koncepten, ska symbolisera värme. Det finns många skolor när det gäller vad olika färger leder till för effekter, därför är det inte möjligt att säga vad som är rätt eller fel symbolik.

Framsidan för *sensibilitet* är hänsynsfullhet och värme för att t ex få en god kontakt, diplomatin för att inte i onödan alstra konflikter. Lyhördheten för att fånga svaga signaler, etc. *Sensibilitet* gillar när det är en mjuk och varm stämning.

OBS! Det finns ingen människa, som bara har *sensibilitet*, men jag skriver så här för att framställningen inte ska bli för tungläst.

## ***Kraft***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
handlingsinriktad	otålig
tävlingsinriktad	hänsynslös
rak	burdus
snabb	hafsigt
drivande	dominant
ivrig	ogenomtänkt, jäktad
kvick	hetsigt
stark	hård

HAMMAREN är vald som symbol för att den associerar till hårdhet och rörelseenergi. Färgen GRÅ, som ska användas som ifyllnadsfärg för *kraft*, ska associera till det ”kalla” stålet.



När det gäller framsidan är det viktigt att *kraft* använder den på ett positivt sätt, för annars kan den skapa mycket fientlighet. Människor kan bli rädda och inte våga säga ifrån. Då är det viktigt att komma

ihåg att *kraft* kräver mer eller mindre raka rör för att ta notis om några invändningar. Det gäller dock att den *kraft*-personen samtidigt inte har för mycket på *exponering* och därmed är prestigefylld (möjlig risk).

Framsidan med *kraft* är främst att det inte blir några långbänkar och att man kommer till skott. Mottot är ofta: "Bättre att fatta ett beslut än inget alls." Ytterligare fördelar med *kraft* är att budskapen är tydliga - ibland t o m mer tydliga än *kraft* är medveten om. *Kraft* gillar även att vara i rörelse och uträtta saker, m a o *kraft* får mycket gjort och i ett högt tempo.

*Kraft* är motsatsen till *sensibilitet*, men observera att det finns människor som har båda behoven som dominanta.

## ***Kvalitet***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
pålitlig	självförsakande
kvalitetsmedveten	överarbetande
samvetsgrann	fördömande
uthållig	envis
utförlig	långrandig
grundlig	omständig
osjälvisk	självupppoffrande
pliktrogen	präktig



DE TRE KOLONNERNÄ är valda som symbol för att de associerar till uthållighet och kraftfullt stöd. Färgen GRÖN, som ska användas som ifyllnadsfärg för *kvalitet*, ska associera till vår gröna natur, eftersom de som har *kvalitet* gillar att vara i naturen.

När det gäller framsidan är det viktigt att använda sin pålitlighet för att bygga upp förtroende. Sin höga ambitionsnivå för att göra arbetsuppgifter där det är relevant. Sin benägenhet att ställa upp för att hjälpa andra.

En annan viktig aspekt är att *kvalitet* har mycket psykisk energi. Den ger uthållighet, intresse för att vara i rörelse och även förkärlek till aktiviteter, som är spännande.

*Kvalitet* gillar naturelementen eld, jord, vatten eller luft.



## ***Exponering***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
karismatisk	dominerande
prydlig	prålig
charmig	kameleontisk
stolt	arrogant
tydlig	drastisk
färgstark	överdriven
spirituell	yvig
spontan	obehärskad



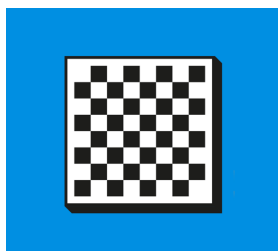
MEGAFONEN är vald som symbol då den associerar till att någon vill göra sig tydligt hörd. Färgen VIOLETT, som ska användas som ifyllnadsfärg för *exponering*, ska symbolisera något som ”sticker ut” och syns lite extra.

När det gäller framsidan är det viktigt att *exponering* använder sin tydlighet och sitt färgstarka sätt för effektiv kommunikation. Sin spontanitet och spirituella förmåga för att skapa inspiration, etc.

## Struktur

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

Framsida	Baksida
ordningsam	överstrukturerad
logisk	överrationell
metodisk	inrutad
neutral	kall
distinkt	petig
korrekt	stel
realistisk	skeptisk
disciplinerad	hämmad



SCHACKBRÄDET är valt som symbol då den associerar till systematik och ordning. Färgen BLÅ, som ska användas som ifyllnadsfärg för *struktur*, ska associera till den klarblå himlen samt till harmoni och lugn. Dessutom har blått en stark gränsdragningsförmåga, när man målar med vattenfärger. Färgen symboliserar även känslomässig kontroll. Blått associeras ofta med kalla egenskaper, utan någon

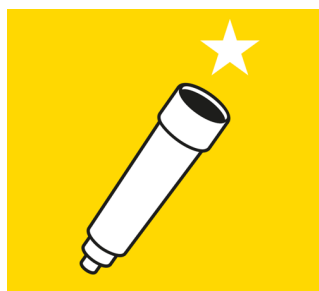
passion, med mentalt arbete och vetenskap. (Wie Farben Wirken, page 29 - Eva Heller, 2008, RoroRo Verlag)

När det gäller framsidan är det viktigt att *struktur* använder sitt ordningssinne för att det inte ska bli rörigt. Sin metodik för att det ska gå rationellt till väga. Sin saklighet och realism för att ta ner drömmar på jorden och se till att något blir uträttat. Sitt sinne för att vara distinkt för att hålla tillbaka alltför mycket onödigt prat, etc.

## ***Fantasi***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
mångfasetterad	splittrad
underfundig	svårbegriplig
konstnärlig	bisarr
fantasifull	virrig
flexibel	opålitlig
visionär	orealistisk
påhittig	kufisk
klurig	knepig



TUBKIKAREN är vald som symbol som en möjlighet att se in i framtiden. Färgen GUL, som ska användas som ifyllnadsfärg för *fantasi*, ska symbolisera stjärnorna i fjärran. Dessutom är det en färg utan gränser – som solskenet. Gult symboliserar expansion ”Erleuchtung”. I Asien associeras gult med visdom och hög kultur. (Wie Farben Wirken, page 130 - Eva Heller, 2008, RoroRo Verlag)

När det gäller framsidan är det viktigt att *fantasi* får möjlighet att ge av sin idériakedom, att se nya vägar mot målet och att göra nya kombinationer. Att expandera sitt och andras vetande. Att skapa inspiration kring nya visioner, etc.

*Fantasi* är noga med att bevaka sin frihetsgrad.

Emellertid är det viktigt för dem att vara medveten om att deras sätt att uttrycka sina tankar kan lätt missförstås. Därför bör de kontrollera att deras kommunikation blir rätt uppfattad.

## ***Stabilitet***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
konservativ	förändringsovillig
traditionsbunden	gammaldags
sparsam	otjänstvillig
stabil	senfärdig
ekonomisk	egoistisk
försiktig	osäker
stadig	trög
allvarsam	tråkig



SKATTKISTAN ska symbolisera samlandet av tillgångar och att de är i ett säkert förvar. Färgen BRUN, som ska användas som ifyllnadsfärg för *stabilitet*, ska associera till färgen på en gammal hederlig kista.

När det gäller framsidan är det viktigt att *stabilitet* får möjlighet att hushålla med resurserna. Att göra affärer.

Att bevara det gamla. Att försäkra sig om att utvecklingen inte går för fort, etc.

*Stabilitet* gillar att det är konkret och undviker det abstrakta – ”Det är bättre med en fågel i handen än tio i skogen.”

## ***Kontakter***

Vad som är karakteristiskt för faktorn är:

<b>Framsida</b>	<b>Baksida</b>
glad	oseriös
öppenhjärtig	skvallrig
matglad	matvrak
skojfrisk	tramsig
lättsam	oansvarig
utåtriktad	sällskapssjuk
sällskaplig	pratsjuk
lekfull	fladdrig



FYRA SMILEYS är vald som symbol för vara i sällskap med andra och ha en lättsam stämning. Färgen RÖD, som ska användas som ifyllnadsfärg för *kontakter*, ska associera till intensiteten i en diskussion.



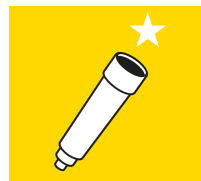


När det gäller framsidan är det viktigt att *kontakter* kan bidra med kontakter och information.

Att skapa en lättsam stämning, att bidra med humor och förlustelser, etc.

*Kontakter* är även förtjust i det som har med mat och dryck att göra.

## Likheter och olikheter mellan faktorerna

Inledningsvis kan det kännas lite svårt att hålla reda på alla faktorerna, varför jag vill peka på likheter och olikheter. Till att börja med kan man gruppera faktorerna i olika vektorer enligt den grundläggande Szondi-teorin och då på ett mycket förenklat sätt.

Relations-vektorn	Norm-vektorn	Jag-vektorn	Kontakt-vektorn
			
Kraft	Exponering	Fantasi	Kontakter
Sensibilitet	Kvalitet	Struktur	Stabilitet
			

**Relationsvektorn** handlar ytterst om att hantera kärlek, dvs *kraft* vill erövra på ett aktivt sätt, medan *sensibilitet* vill vara nära sina nära och kära.

**Normvektorn** avser bl a hur känslor hanteras beroende på etik och moral. *Kvalitet* håller tillbaka sina känslor medan *exponering* oftast visar dem spontant. När *kvalitet* visar sina känslor så kan det bli i form av utbrott, vilket kan vara förvånande för omgivningen: ”Hur kan man bli så arg för så lite?”

**Jagvektorn** handlar om att expandera och stadga jaget, dvs att expandera med nya tankar, idéer, etc via *fantasi* samt organisera och hantera nytillskotten med *struktur*.

**Kontaktvektorn** avser kontakter med yttre objekt i form av andra människor, saker, mm. *Stabilitet* vill värna om sina objekt och se till att den egna plattformen är stabil, vilket gör att traditioner uppskattas.

Kontakter är inriktad på att vara i kontakt med andra (vara med i gänget) eller att vara i kontakt med t ex mat och dryck, dvs sådant som har med munnen att göra.

OBS! Alla de övre faktorerna är *drivande* och de nedre *reflekterande*. Det innebär att om någon har flest dominerande faktorer på den övre raden, så händer det mycket. Samtidigt som det gäller att inte bli speedad. Flest dominerande med de nedre faktorerna, så gillar hen att verkligen att tänka efter före, men det gäller att inte tänka efter noga på allt, för då blir inte mycket gjort...

*Sensibilitet, kvalitet, exponering och kontakter* har alla en social aspekt. Det som skiljer är

- *sensibilitet* vill ha nära relationer och en varm stämning
- *kvalitet* vill ta ansvar för andra och hjälpa till
- *exponering* vill bli sedd och bekräftad av andra
- *kontakter* vill vara i kontakt med andra och ha en lättsam stämning

*Sensibilitet, kraft, kvalitet, exponering, struktur, fantasi, stabilitet och kontakter* alla fokuserar på prestation. Olikheterna är

- *sensibilitet* vill ha nära relationer till sina vänner och kontakter
- *kraft* vill vina och ha högt tempo
- *kvalitet* vill att saker ska vara korrekta eller åtminstone med hög kvalitet
- *exponering* vill att andra uppmärksammar vad de har åstadkommit
- *struktur* vill att resultatet uppfyller planen eller specifikationen
- *fantasi* vill genomföra sina idéer eller önskad utveckling
- *stabilitet* vill vårda och utveckla sina tillgångar och säkerställa sin plattform
- *kontakter* vill stärka och utveckla sina kontakter

*Kraft* och *kvalitet* kan förväxlas för båda utmärker mycket, men *kraft* utmärker sig med att det går fort och *kvalitet* genom att vara idog. Den som har mycket av båda faktorerna har med andra ord stor kapacitet.

*Kraft* och *kontakter* kan förväxlas för båda märks, men *kraft* ser verkligen till att något blir gjort, medan *kontakter* mest pratar.

*Exponering* och *kontakter* kan förväxlas för båda märks när människor möts, men *exponering* har mera drastiska inlägg och *kontakter* är främst aktiv i samtalandet.

*Kvalitet* och *struktur* kan förväxlas för båda är noga med hur saker görs, men *kvalitet* bevakar främst att det blir bra/rätt och *struktur* att det görs metodiskt.

*Struktur* och *stabilitet* kan förväxlas för båda kan tyckas jobba metodiskt, men *struktur* är mest noga med att det görs metodiskt och *stabilitet* att det följer en vana.

## Det finns nu en ytterligare utveckling av Szondis teori

I Belgien – speciellt vid universitetet i Louvain-la-Neuve – har man utvecklat Szondis teori. Teorin kallas cirkelteorin. Det är en mycket användbar utveckling för att förklara mänskligt beteende och även för att hantera mentala sjukdomstillstånd.

## En populariserad summering av faktorerna

Det finns en historia om en VD som fick för sig att han skulle fråga de andra i sin ledningsgrupp vad 2+2 blir. Ekonomichefen svarade: "Vad vill du att det ska bli?" Produktionschefen svarade: "4,000." Utvecklingschefen svarade: "Bortåt 6-7. Vill du att vi ska titta på frågan?"

Om man skulle fråga någon med mycket stort behov av endera av faktorerna, vad skulle då svaret bli?

Faktor	Svar	Motiv
Sensibilitet	Fyra, eller vad tycker du?	<i>Sensibilitet</i> vill vara sams med den som frågar.
Kraft	<b>FYRa!</b>	<i>Kraft</i> har bråttom och vill jobba med viktigare saker.
Kvalitet	2+0=2, 2+1=3, 2+2=4.	<i>Kvalitet</i> vill ge ett grundligt svar.
Exponering	Fyrah!	<i>Exponering</i> vill ge ett svar som märks.
Struktur	4,000.	<i>Struktur</i> vill ge ett exakt svar.
Fantasi	Ca 4.	<i>Fantasi</i> är inte så förtjust i att jobba med så marginella detaljer.
Stabilitet	FYYRRAA.	<i>Stabilitet</i> har ett lägre tempo och vill ge ett rejält svar.
Kontakter	Tja, fyra. Kan vi inte prata om något annat?	<i>Kontakter</i> tycker inte att det är så kul att hålla på med siffror.