

Het Enneagram 1

Sleutel tot Persoonlijke Effectiviteit

ITASC Nederland BV
Aalsterweg 291c
5644 RE Eindhoven
040 - 2115020
www.itasc.nl

1. Wat is het enneagram?

Het Enneagram is de neerslag van een theorie, een model van persoonlijkheids-structuren. Lijkt moeilijker dan het is! Het woord Enneagram is uit twee Griekse woorden samengesteld: *ennea*, wat negen betekent en *grammos*: model. Een ster met negen punten, een model met negen persoonlijkheden. Het Enneagram is al erg oud, maar heeft sinds enige tijd zijn plaats gevonden in de hedendaagse psychologie. Het Enneagram stamt naar men zegt uit de Soefi-traditie. Duizenden jaren terug ging je niet naar een psycholoog, maar ging je zelf op onderzoek uit in je binnenste. Een priester of spiritueel meester hielp je op die tocht. Dat ging mondeling en ook de kennis van leraar op leraar werd mondeling doorgegeven. Pas rond 1985 verschenen de eerste boeken over het Enneagram. De nadruk verschoof van spiritueel naar meer "werelds". Het Enneagram wil een wegwijzer zijn naar het hoogste wat je wilt en kunt zijn. Het is en blijft een theorie! Een theorie die noodgedwongen beperkingen heeft, waarvan de belangrijkste is, dat hij negen typen onderscheidt, terwijl we toch met 15 miljoen mensen op dit hele kleine stukje aarde leven. Toch werkt het, ook al wordt een hele reeks verschillende elementen teruggebracht tot een aantal gemeenschappelijkheden. Dat classificeren heeft als voordeel dat typen snel kunnen worden herkend, maar het nadeel, dat details, kleine verschillen, over het hoofd worden gezien. Net als in een Flora een den van een spar wordt onderscheiden wordt in het Enneagram een dromer van een enthousiasteling onderscheiden. Met die Flora kun je in het bos een heel eind komen, ook al verschilt de ene den van de andere en is de ene spar de andere niet. En zo is het met het Enneagram ook. Door je Enneagram-persoonlijkheidstype te zoeken kun je veel van jezelf te weten komen, maar er zal steeds iets individueels zijn dat niet verklaard wordt en dat is het unieke aan jou. En dat vraagt van je om door te blijven zoeken.

Over hokjes en beperkingen

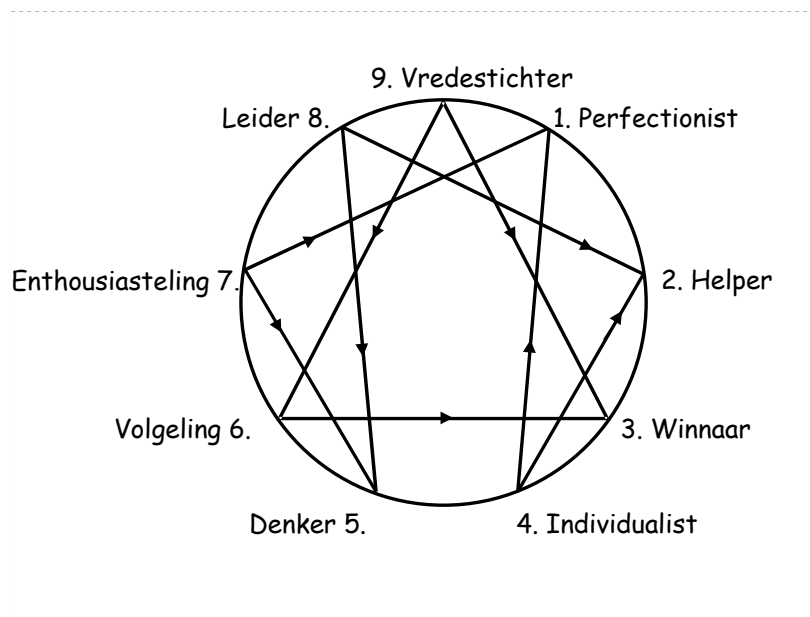
"Negen typen.... hmm...ik weet nog niet zo net of ik in een hokje geplaatst wil worden". Wat het Enneagram wil zeggen is: ha ha! je zit al in een hokje, alleen weet je het niet! En dat is een probleem! Je *hebt* een bepaalde persoonlijkheid, maar je weet het niet. Net als een vis leeft en beweegt in het water en er geen flauw benul van heeft, leef jij in jouw persoonlijkheid zonder er erg in te hebben. Het Enneagram wil je nou juist uit dat hokje halen en je je volledige potentieel laten zien. Maar eerst en vooral is het zaak jouw type te vinden. Om dat te doen is een zekere basiskennis van het Enneagram gewenst.

Over gekleurde brillen

Een Enneagram bestaat uit een cirkel - altijd en overal het symbool van heelheid en eenheid - en daarbinnen een driehoek en een zespuntige figuur die tezamen negen punten geven. Elke punt staat voor een type persoonlijkheid. Een persoonlijkheidstype beschrijft een vast patroon van gewoontes op het vlak van denken, gedrag en emoties, met andere woorden: bij

elk type hoort een manier van denken, voelen en gedragen. En als je het van *jezelf* niet weet: iedereen die jou kent herkent dat patroon.

Het Enneagram-model kent negen van zulke verzamelingen gedachten, gedragingen en emoties: negen typen. Elk type bekijkt de wereld door een gekleurde bril en als je niet anders weet, zou je denken dat de hele wereld jouw kleur heeft. Maar die vlieger gaat niet op, want jouw buurman of jouw lief heeft een andere bril op en denkt er het zijne of hare van. Als je niet beter weet gaat je persoonlijkheid je beperken. Bekijk de wereld en je leven eens door een andere bril! Dat is de raad van het Enneagram. Het symbool helpt je daar bij.



Het is er allemaal, ook in jou!

De lijnen binnen de cirkel verbinden de verschillende persoonlijkheidstypen met elkaar. Ze geven ook aan dat er veranderingen mogelijk zijn. Ze geven aan waar je kansen liggen en wat je beter kunt laten, wat je zou moeten zoeken en wat negeren. Het gegeven dat alle punten op gelijke afstand van elkaar staan (of dat de cirkel in gelijke delen is verdeeld) laat zien, dat er niet een super-type is: alle types zijn gelijkwaardig. Gelijkwaardig, maar ook anders. Om te beginnen zoek je uit welk type bij jou hoort; er horen positieve en negatieve aspecten bij en die geven je een idee hoe je zou kunnen groeien. Je krijgt inzicht in hoe je in de wereld staat, hoe je die beleeft, hoe je die misschien naar je hand wilt zetten of hoe je meegaat. En van alle andere types leer je de andere mogelijkheden die ook in jou verborgen liggen om ontdekt te worden. Ontdekt in de ware zin van het woord, want ze zijn alle in jou aanwezig. Vroeg in je jeugd heb je een eigen stijltype "gekozen" en dat bevalt - denk je - zo goed, dat je je er maar aan vasthoudt. Vastklampt zou misschien een beter woord zijn. Maar het is er allemaal! Hoewel je je eigen stijl zult behouden, kun je elementen van de andere

opnemen zodat je je meer kunt ontplooiën. Hopelijk helpt dit proces je ook meer begrip voor anderen, met *hun* gekleurde brilletje op, te hebben. We zijn allemaal anders.

Van je 'buren' in het Enneagram krijg je ook wat mee, aspecten van hun typologie kleuren jouw persoonlijkheid. Nog even geduld: de typebeschrijvingen komen zo! De pijlen geven verandering en kansen tot ontwikkeling aan. De pijl die van jouw type af wijst geeft je gedrag aan in stressvolle situaties; de pijl die naar jouw type toewijst geeft het type aan waarnaar je tendeert als je ontspannen bent. Onthoud (alsjeblieft) dat er meer facetten zijn, en dat er veel meer te vertellen is. Koop of leen een goed boek over het Enneagram. Het is niet de bedoeling hier een cursus te geven. Bovendien: je verandert (hoop ik) met de tijd en dan is het goed om opnieuw te kijken waar kansen en uitdagingen liggen.

Type 1

De PERFECTIONIST in je heeft besloten dat je perfect moet zijn en geen fouten mag maken, omdat je anders niet geliefd bent en (dan ook) niet zult overleven. De Perfectionist kan leren van de Individualist en van de Enthousiasteling, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 2

De HELPER in je heeft de beslissing genomen dat anderen, als je ze helpt en tegemoet komt aan hun wensen, van je zullen houden. De Helper kan leren van de Leider en van de Individualist, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 3

De WINNAAR vindt dat je je doelen moet bereiken om geliefd te zijn. De Winnaar kan leren van de Vredesstichter en de Volgeling, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 4

De INDIVIDUALIST denkt dat als je maar anders bent dan anderen, anderen daardoor tot je aangetrokken worden. Kan leren van de Helper en de Perfectionist, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 5

De DENKER is van mening dat je alles moet weten en begrijpen om te kunnen overleven en geliefd te worden. Hij of zij kan leren van de Enthousiasteling en de Leider, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 6

De VOLGELING is altijd betrouwbaar en loyaal en vindt dat je altijd op hem moet kunnen vertrouwen. Dat is, vindt hij, nodig om geliefd te zijn en te overleven. Kan leren van de Winnaar en de Vredesstichter, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 7

De ENTHOUSIASTELING is van mening dat je altijd leuk moet zijn, vol grapjes en anderen moet opvrolijken om geliefd te zijn en te overleven. Zij of hij kan leren van de Perfectionist en de Denker, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 8

De LEIDER in je vindt, dat als je sterk en krachtig bent, anderen naar je op zullen kijken en daarom zul je geliefd zijn en overleven. Kan leren van de Denker en de Helper, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.

Type 9

De VREDESSTICHTER vindt dat als je altijd de vrede bewaart en geschillen toedekt, bemiddelt, anderen van je zullen houden en jij zult overleven. Kan leren van de Volgeling en de Winnaar, zowel door positieve als door negatieve aspecten van dezen te bestuderen.