



Mehr Harmonie mit dem Enneagramm

Der Umgang mit uns selbst und unseren Mitmenschen wird durch die Kenntnis des Enneagramms erleichtert. In Signal 2/2010 haben wir Ihnen die Grundzüge dieser Typenlehre vorgestellt. Der Artikel »Mit dem Enneagramm typgerecht durchs Leben« erläutert, wie man sich selbst besser verstehen und seine Entwicklungsziele klarer erkennen kann. Sie können den Text per E-Mail anfordern unter information@biokrebs.de.

Zum Weiterlesen:

- Helen Palmer: »Das Enneagramm in Liebe und Arbeit« zur Zeit vergriffen (gebraucht bei Amazon)
- Andreas Ebert / Marion Küstenmacher: »Die Perlen der Seele – Meditieren mit dem Enneagramm« Claudius Verlag 2010

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Claudius Verlag
im Evangelischen Presseverband für Bayern e. V.
Vorstand und Direktor:
Dr. Roland Gertz
Birkstr. 22
80636 München
Tel.: 089 12172-0
Fax: 089 12172-138
www.enneagramm.de

Auch im zwischenmenschlichen Kontakt ist das Enneagramm eine wertvolle Hilfe: Es entschärft persönliche Auseinandersetzungen, indem es Konflikte als ein Aufeinandertreffen von typspezifischen Sichtweisen betrachtet. Mit Respekt vor der Unterschiedlichkeit der Persönlichkeitsmuster lassen sich viele Probleme vermeiden, lindern oder zumindest in einen sinnvollen Rahmen einordnen.

Die nummerierten Typen sind mit Beinamen belegt. Diese knappen Charakterisierungen werden natürlich niemals einem Individuum und ebenso wenig einem Persönlichkeitsmuster gerecht. Die Kurzbezeichnungen sollen für den Enneagramm-Neuling lediglich den Einstieg in die Materie erleichtern. Das Enneagramm will dazu beitragen, dass der Mensch mit all seinen Facetten wahrgenommen und begriffen wird.

Wir SIND nicht unser Typ

Er kommt nur in manchen Phasen oder Lebensbereichen besonders zum Vorschein. Die meiste Zeit sind wir Thomas Müller oder Lisa Schmidt und nicht »der ACHTer« oder »die VIER«. Und doch hilft es ungemein, zu wissen mit wem man es aus Typensicht zu tun hat, und wie das Gegenüber »tickt«.

Interessante Einblicke in die verschiedenen Welten der unterschiedlichen Typen erhält man bei den so genannten Enneagramm-Abenden.

Hier treffen sich in loser Runde Menschen mit verschiedenen Persönlichkeitsmustern und informieren sich gegenseitig über ihre Sicht der Dinge. Bei einem Themenabend ist ein bestimmter Lebensbereich oder eine spezielle Frage im Fokus der Aufmerksamkeit.

Als ich zu einem meiner ersten Enneagramm-Abende ging, stand das Thema »Liebe« auf dem Programm. Jeder konnte sich im Vorfeld überlegen, was Liebe für ihn bedeutet und was in Liebesbeziehungen für ihn wichtig ist. Ich hatte mir ernsthaft überlegt, ob ich da überhaupt hingehen sollte. Was konnte man denn »Neues« oder gar »Spektakuläres« über die Liebe erzählen? Da war doch alles klar. Heute muss ich über meine unbekümmerte SIEBENER Haltung lächeln. Ich war überrascht, was die Teilnehmer so von sich gaben:

EINS: »Für mich gibt es nur einen richtigen Partner. Mit ihm bleibe ich für immer zusammen.«

ZWEI: »In der Liebe gebe ich alles. Sogar mein allerletztes Hemd.«

DREI: »Die Frau meines Herzens erobere ich nach allen Regeln der Kunst.« Oder »Es gibt so viele schöne Frauen, wie soll man sich da festlegen?«

VIER: »Keiner versteht mich so richtig. Deshalb enden meine Beziehungen meist schmerzhaft.«

FÜNF: »Das mit diesen tiefen Gefühlen ist mir zu kompliziert, das habe ich für mich aufgegeben.«

SECHS: »Die wahre Liebe gibt es sowieso nicht.«
SIEBEN: »Ich will so geliebt werden, wie ich bin.«

ACHT: »Der Mensch, den ich liebe, gehört in mein Territorium.«

NEUN: »Liebe ist für mich etwas Univer-selleres. Ich kann mir vorstellen, mehrere Menschen gleichzeitig zu lieben.«

Lausche und lerne

Immer wieder spannend sind die Veranstaltungen zu einem einzelnen Typus, z. B. »Ein Abend für die EINS«. Hier sitzen die EINSER, sprechen von sich und ihrem Weltbild und dürfen befragt werden. Wer aufmerksam lauscht, kann in aller Ausführlichkeit Menschen desselben Grundtyps erleben, ihre Gemeinsamkeiten und individuellen Unterschiede. Die Teilnehmer erhalten wertvolle Impulse und Einsichten, wie man dieses Persönlichkeitsmuster leichter verstehen und mit ihm besser umgehen kann.

Für mich sind die Enneagramm-Veranstaltungen wunderbare Gelegenheiten,

mit ganz unterschiedlichen Menschen in Berührung zu kommen. Typen, denen ich früher eher ausgewichen wäre, sehe ich nun in einem ganz anderen Licht. Kennt man ihre positiven Motivationen und manchmal auch ihre Hilflosigkeit, fällt es einem wirklich schwer, jemanden unsympathisch zu finden.

Auch freue ich mich, meine »Artgenossen« in der Runde zu treffen. Manchmal halten sie mir einen Spiegel vor, der mir Einsichten in meine eigenen Verhaltensmuster gewährt und schon vielerlei Veränderungen angeregt hat. Die meist einfühlsam vorgebrachten Rückmeldungen zu den typspezifischen Verhaltensmustern sind immer wieder erhellend. Der Enneagrammlehrer achtet auf das respektvolle Miteinander. Es gibt klare Spielregeln zur Kommunikation, damit die Vertraulichkeit keinen Nährboden für Verletzungen bietet. Dieser geschützte Rahmen hilft, Kritik anzunehmen und für sich die offenen Entwicklungschancen zu ergreifen.

Möglichkeiten und Grenzen der Enneagramm-Arbeit

Für alle Typenkonstellationen gibt es Hinweise zu Konfliktpotenzialen und konkrete Empfehlungen zum Umgang miteinander. Diese sind z. B. bei Konflikten in der Familie oder am Arbeitsplatz segensreich. Bei vielen schwierigen Situationen kann eine Begleitung durch einen erfahrenen Enneagramm-Berater wertvolle Dienste leisten. Ein verantwortungsbewusster Berater weiß, wie weit seine Kompetenzen gehen. Enneagramm-Arbeit ist eine gute Grundlage für die Persönlichkeitsentwicklung. Echte Persönlichkeitsstörungen und schwerwiegende seelische Probleme gehören in die Hände eines hierfür ausgebildeten Therapeuten. ■

Text: PetRa Weiß

Die Persönlichkeitsmuster

- EINS:** Der Perfektionist / Reformer
- ZWEI:** Der Helfer
- DREI:** Der Erfolgsorientierte / Leistungsmensch
- VIER:** Der Besondere / Außergewöhnliche / Individualist
- FÜNF:** Der Beobachter / Forscher
- SECHS:** Der Skeptiker / Loyale
- SIEBEN:** Der Lebenshungrige / Enthusiast
- ACHT:** Der Boss / Herausfordernde / Dominante
- NEUN:** Der Friedliebende



PRAXIS LICHTBLICK
PetRa Weiß · Heilpraktikerin

Hopfenstraße 5
69469 Weinheim

Telefon 06201 4883093
E-Mail pws@praxis-lichtblick.eu
Internet www.praxis-lichtblick.eu

Danke für die fachliche Unterstützung an
Gerhard Ahnen
Enneagrammlehrer
Kanalstr. 49
67227 Frankenthal
Tel.: 06233 63156
E-Mail: GerhardBuntspecht@t-online.de