Enneagram Germany

Enneagram Expert Training
Ausbildung und Seminare in der mündlichen Tradition

Das Enneagramm

- ➜ sich selbst und andere besser verstehen
- ➜ Transformation
- ➜ Erweiterung des Bewusstseins

WILLKOMMEN ZUM ENNEAGRAMM

Seit vielen Jahren wächst weltweit das Interesse am Enneagramm, weil Menschen ein natürliches Bedürfnis nach Selbsterkenntnis, Selbstbestimmung und guten Beziehungen haben. In einer immer komplexer werdenden Welt gilt dies heute mehr als je zuvor.

Wir wollen uns weiterentwickeln und andere besser verstehen, ob Partner, Kollegen oder Vorgesetzte. Die Arbeit mit dem Enneagramm liefert eine erstaunlich präzise Erklärung dafür, warum wir so unterschiedlich sind und bringt ein tiefes Verständnis für vorher unerklärliches und befremdliches Verhalten.

Wir finden heraus, wie unsere eigenen Verhaltensmuster manche Schwierigkeit mit verursachen und gewinnen Klarheit und Akzeptanz im Umgang mit anderen. Wir können uns besser auf Menschen und Situationen einlassen, bei Konflikten gelassen bleiben und eine achtungsvolle und klärende Kommunikation aufrechterhalten.

UNSER ZIEL

Sie als Mensch stehen im Vordergrund. Wir erwecken Neugierde durch intensive Selbstreflexion und Praxis – Sie entwickeln neue (zwischenmenschliche) Kompetenzen, neues Bewusstsein und Gelassenheit.

ENNEAGRAM GERMANY

Enneagram Germany ist ein Weiterbildungsinstitut für Privatpersonen und Organisationen. Wir bieten ein umfangreiches und tiefgehendes Curriculum an für Teilnehmer, die Interesse am Enneagramm haben und sich weiterentwickeln wollen sowie zertifizierte berufliche Weiterbildungen.

Unsere Schwerpunkte liegen auf Coaching, Führungskräftetraining und Team-Entwicklung, Mediation und Konfliktkompetenz. In allen Trainings geht es um persönliche Präsenz, Integration und die Entwicklung von neuen Kompetenzen.

LEITUNG UND ORGANISATION

Pamela Michaelis hat langjährige Erfahrung als Führungskraft und ist zertifizierte Enneagrammlehrerin, Supervisorin und lizensierte Ausbilderin in der mündlichen Tradition nach Helen Palmer und Dr. David Daniels. Mediatorin BM®, sechsjährige Ausbildung in TA-Tiefenpsychologie und Autorin. 2007 gründete sie Enneagram Germany, ein Weiterbildungsinstitut für Mediation, Coaching und Persönlichkeitsentwicklung. Michaelis lehrt seit 2008 das Enneagram Expert Training und Coaching Expert Training zusammen mit Norbert Häg und seit 2009 das Mediation Expert Training zusammen mit Tilman Metzger. Seit 2010 ist sie Board Director EANT, USA.

KOOPERATIONSPARTNER

Norbert Häg, Enneagrammexperte der ersten Stunde mit langjähriger Erfahrung als internationaler Manager, ist Trainer für Persönlichkeitsentwicklung und Management, zertifizierter Enneagrammlehrer und lizensierter Ausbilder in der mündlichen Tradition nach Helen Palmer und Dr. David Daniels. Meditationsleiter, Leadership Coaching, Paararbeit. Gründer Enneagramm Expert Training.

Tilman Metzger, Jurist, Mediator und Ausbilder BM®, ist einer der ersten ausgebildeten Mediatoren in Deutschland. Systemischer Supervisor und Organisationsberater, zert. Klärungshelfer, Lehrbeauftragter beim Master-Studiengang Mediation an der Europa-Universität Viadrina in Frankfurt/Oder.
Tätigkeitsschwerpunkt: Mediation zwischen Inhabern, Führungskräften und Mitarbeitern von Unternehmen.
Das Motto der Unternehmensberatung Tilman Metzger GmbH lautet: Klarheit und Entwicklung.

WAHRNEHMUNG IST MÄCHTIG!

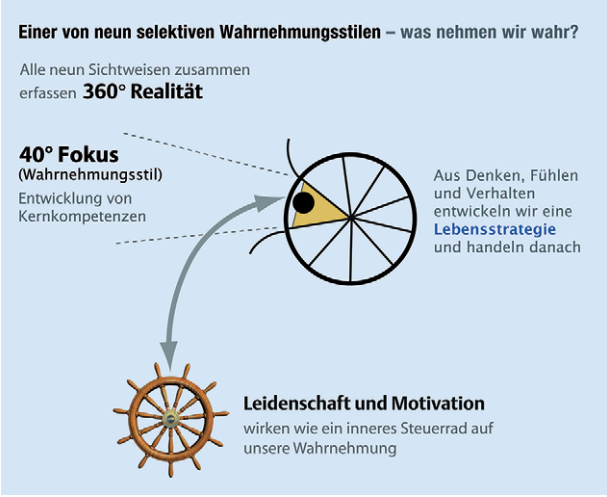
DAS ENNEAGRAMM

Neun unterschiedliche Wahrnehmungsstile, neun unterschiedliche Grundmotivationen, neun Kernkompetenzen, neun Entwicklungswege und drei Intelligenzzentren

Das Enneagramm beschreibt neun unterschiedliche Sichtweisen und Grundmotivationen (Leidenschaften), die unser Verhalten maßgeblich beeinflussen, nur – normalerweise kennen wir diese nicht. Das Zusammenspiel von Grundmotivation und Wahrnehmung bestimmt wie wir die Welt erleben, stark beeinflusst durch eines von drei Intelligenzzentren (Kopf, Herz, Bauch). Wir entwickeln automatische Strategien, um mit der Welt zu interagieren und gewinnen Expertise in dem Bereich, auf den wir unseren Hauptfokus richten. Wir sprechen von Enneagramm-‚Typen' oder Persönlichkeitsstilen, die jeweils ihre Realität als **die** Realität erleben.

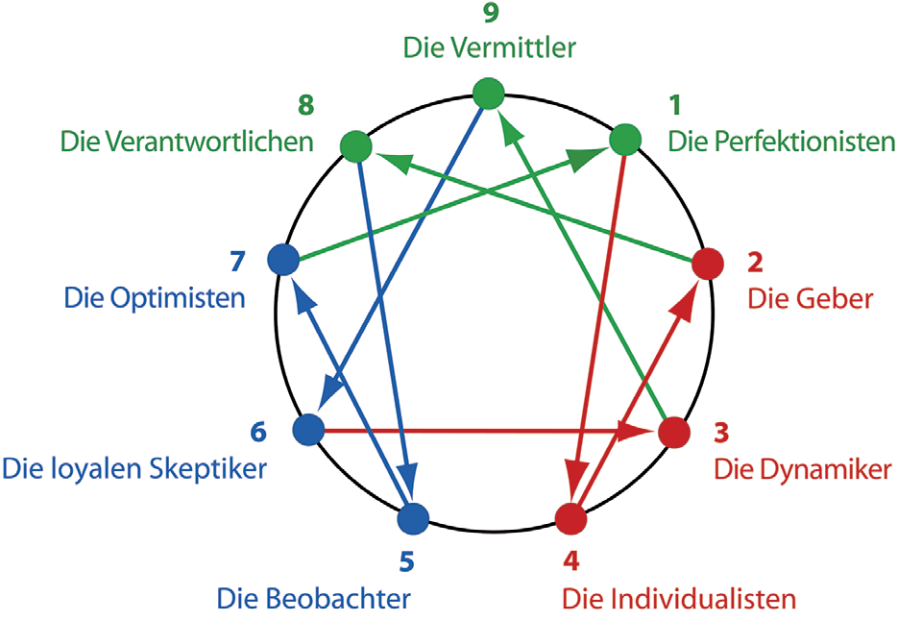
WAHRNEHMUNG IST MÄCHTIG!

Durch das Enneagramm verstehen wir, warum Menschen so unterschiedlich handeln und reagieren können. Es ist, als ob sie verschiedenfarbige Brillen tragen und völlig anders motiviert sind.
Jede der neun Sichtweisen erfasst nur einen Teil der Realität, wir aber glauben, dass unsere jeweilige Sicht die ganze Realität umfasst – und die anderen acht Sichtweisen schlichtweg falsch sind. Streit ist dabei vorprogrammiert.
Es ist enorm hilfreich für alle Arten von Beziehungen, wenn die beteiligten Menschen fähig sind, auch mal durch die Brille des Anderen zu schauen, dessen Sicht auf die Realität würdigen können und dadurch die eigene Wahrnehmung erweitern.



DAS ENNEAGRAMM IN DER MÜNDLICHEN TRADITION

Die Wurzeln des Enneagramms liegen weit zurück in der menschlichen Geschichte und das Wissen ist traditionell mündlich weitergereicht worden. In unseren Seminaren halten wir uns an diese mündliche Tradition, die ursprünglichste Art des Lernens. Menschen des gleichen Enneagramm-Stils erzählen, und wir erhalten Informationen live und aus erster Hand darüber, wie es ist, mit dieser Sichtweise zu leben, über die Expertisen und Entwicklungsfelder, häufige Beziehungs- und Konfliktthemen. Dabei wird das Enneagramm von den Teilnehmern mit allen Sinnen direkt erlebt. Die Folge ist ein tiefes Verständnis für ‚Andersartigkeit' – unser Bewusstsein und unsere emotionale Intelligenz werden erweitert. Wir lernen die Sprache der Anderen.



ICH BIN ANDERS – DU AUCH!

Erweitertes Bewusstsein und Integration

Wir begreifen unsere Unterschiedlichkeit allmählich als sinnvoll und selbstverständlich und entwickeln Akzeptanz, sogar Wertschätzung für bisher als herausfordernd empfundene Menschen und Sichtweisen. Mit dem Enneagramm sprechen wir Themen an, die uns als Menschen über Kultur-, Gender-, Religions- und Ländergrenzen hinweg verbinden. Die Stärke des Enneagramms liegt darin, dass es uns genau hier Einblicke verschafft und ein tiefes Verständnis für- und miteinander ermöglicht.

NEUN ENNEAGRAMMSTILE – DREI INTELLIGENZEN

Auf den folgenden Seiten finden Sie kurze Beschreibungen der neun verschiedenen Enneagramm-Stile, ihrer Motivationen und Entwicklungswege. Die neun Enneagramm-Stile sind den drei Intelligenzzentren Kopf, Herz und Bauch zugeordnet.
Wir alle haben drei Zentren, ein Zentrum übernimmt die Leitung, die Themen der anderen beiden Zentren werden diesem Zentrum untergeordnet.

BAUCH – INSTINKT Enneagramm-Stile 8, 9, 1

Präsenz – Kontrolle – Autonomie – Respekt – richtiges und gerechtes Handeln

HERZ – EMOTIONEN Enneagramm-Stile 2, 3, 4

Menschen – Beziehungen – Image – Leistung / Konkurrenz – Vergleichen – Anpassungsfähigkeit

KOPF – DENKEN Enneagramm-Stile 5, 6, 7

In Frage stellen – Information – Orientierung – Planen – Bedenken – Sicherheit

DAS MOTIVATIONS-ENNEAGRAMM

BAUCH

8 ➜ VERANTWORTUNG
Kontrollieren und Handeln

9 ➜ INTEGRATION
Durchdachte Anpassung und ruhiges Handeln

1 ➜ EXZELLENZ
Potentiale nutzen und entwickeln

HERZ

2 ➜ BEZIEHUNGEN
Was brauchen Menschen? Beziehungen pflegen

3 ➜ ERFOLG HABEN
Wo ist der Weg zum Erfolg?

4 ➜ KREATIVE ÄSTHETIK
Was fehlt für die Einzigartigkeit? Tiefe?

KOPF

5 ➜ WISSEN
Information sammeln und überprüfen

6 ➜ SICHERHEIT
Wachsamkeit und Loyalität

7 ➜ INNOVATION
Neue Ideen anregen

Enneagramm-Stil 8

Die Verantwortlichen, Beschützer *Stärke und verantwortungsvolles Handeln*

Die Verantwortlichen wirken selbstbewusst, zuverlässig und durchsetzungsstark. Sie übernehmen schnell die Kontrolle, weil andere es scheinbar nicht tun. Sie sind Meister im Feststellen: Wo sitzt die Macht und was kann ich tun? Ihr Hauptfokus ist darauf gerichtet stark, gerecht und unverletzlich zu sein. Sie wollen lustvoll leben (Exzess), schnell aus Begeisterung etwas tun, um Probleme zu lösen und kämpfen Schlachten für Andere. Schwarz-weiß-denkend. Sie sind oft direkt und konfrontativ, um die Dinge zu klären oder andere zu entlarven (die nur so tun als ob sie stark / wahrhaftig wären).

Glauben: „Die Welt ist ungerecht!“, „Man muss stark sein, Verantwortung übernehmen und Schwäche vermeiden.“, „Ich kann es selber am besten!“

Die Achter über sich: „Es ist selbstverständlich, sich zu behaupten, ich mache alles selber und übernehme die Verantwortung, weil andere es nicht tun oder zu langsam sind. Die Anderen haben sich an meine Stärke gewöhnt und wollen meine Schwäche nicht. Mir geht es um meine Wahrheit, es ist schwierig, eine andere Meinung zuzulassen. Wenn jemand mich oder Schwächere verletzt, dann suche ich dessen Schwachstelle und bohre ein Loch hinein. Ich erreiche damit einen ‚gerechten Ausgleich für vorheriges Unrecht‘. Wenn ich später von meinen ‚Rachefeldzügen‘ erzähle, spüre ich ein leichtes Lustgefühl.“

Image: Ich bin stark, gerecht und unschuldig. Was wir nicht sehen: das große, sensible und leicht verletzliche Herz. Harte Schale, weicher Kern.

Was motiviert sie: Respekt und Anerkennung für getane Arbeit, starke und effektive Leitung, Wahrheit – eine sachliche Begründung als Argument für Kritik, bei der eigenen Meinung bleiben, niemals versuchen, zu bekämpfen oder zu kontrollieren.

Leid für die Achter: Sie vermeiden die eigene Schwäche und Verletzlichkeit, dadurch sind sie manchmal zu hart mit sich und Anderen.

Begabung im Beruf: Energievolle Präsenz, übernehmen die Leitung; belastbar, verantwortungsvoll, beschützend, zuverlässig. Sie handeln schnell, um Probleme zu lösen.

In Beziehungen: Suchen Freundschaft und Kontrolle in Beziehungen; wollen durch Konfrontation Nähe herstellen und die Ehrlichkeit testen; andere Menschen können sich eingeschüchtert fühlen.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass die Grautöne auch ein Teil der größeren Wahrheit sind. Es gilt die Leugnung zu erkennen, die eigene Verletzlichkeit zuzulassen, empfänglich und ansprechbar für andere zu werden, anstatt zu sofortigen einseitigen Maßnahmen zu greifen.

Enneagramm-Stil 9

Die Vermittler *Harmonie und Toleranz*

Die Vermittler sind ruhige, freundliche Menschen, die sich selber nicht so wichtig nehmen und ausgeglichen wirken. Sie richten ihren Hauptfokus auf die Meinung der Anderen, schaffen Frieden und Harmonie um sich und wollen Konflikte um jeden Preis meiden. Weil sie urteilslos zuhören können, sind sie Meister im Vermitteln und im Ausgleichen von Polaritäten. Sie sehen alle Seiten eines Problems, können unterschiedliche Standpunkte verstehen und einnehmen, vergessen dabei allerdings den eigenen Standpunkt und reden kaum über sich selbst. Sie haben große Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen.

Glauben: „Konflikte sind gefährlich und um jeden Preis zu vermeiden.“, „Nein sagen ist konfliktträchtig.“, „Kompromisse zu finden ist wichtig für eine gute Entscheidung!“

Die Neuner über sich: „Entscheidungen fordern so viel Energie, lösen viel anstrengendes Denken aus. Es ist bequemer, zu verschmelzen und Entscheidungen anderen zu überlassen. Ich werde dann klarer, wenn es nicht das ist, was ich will, weil ich Sturheit spüren kann. Ich glaube, das ist der einzige Teil von mir, der sich wirklich um mich kümmert, auch wenn es passiv aggressiv wirkt.“

Image: Ich bin freundlich, angepasst und friedlich. Was wir nicht sehen: die eigene Meinung, Wut und die anstrengende Suche nach dem, was richtig ist, was zu sagen und zu tun ist.

Was motiviert sie: Sie so zu akzeptieren wie sie sind und ihnen mehr Zeit für Entscheidungen zu lassen, konstruktive Vorschläge, damit sie sich dagegen und für sich selber entscheiden können. Wertschätzung für gutes soziales Verhalten.

Leid für die Neuner: Das Gefühl unwichtig zu sein. Selbstzweifel. Vieles wird als gleich wichtig wahrgenommen, so dass es schwer fällt, Prioritäten zu setzen. Die eigene Meinung zu finden, eigene Ziele zu formulieren und Entscheidungen zu treffen fällt sehr schwer.

Begabung im Beruf: Fleißig, freundlich, gebend, akzeptierend, integrierend, unterstützend, verantwortlich, können allen Anderen ohne Vorurteile begegnen. Sie schaffen Harmonie um sich und sind stark im Vermitteln und Beraten.

In Beziehungen: Sie möchten gerne mit dem Partner verschmelzen, in sein Leben einbezogen werden – manchmal passiv-aggressiv. Andere können mehr Eigeninitiative wünschen. Es ist gut, wenn Partner die Neun auffordern, ihre eigene Identität zu leben.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass Harmonie durchaus Raum gibt für die eigene Meinung, auch wenn sie anders ist als die der Anderen. Das Bauchzentrum aktivieren und Konflikte annehmen mit dem Verständnis, dass durch die Lösung von Differenzen Menschen sich näher kommen.

Enneagramm-Stil 1

Die Perfektionisten *Richtigkeit und Ordnung*

Die Perfektionisten sind pro-aktiv, diszipliniert, verantwortungsvoll und sehr fleißig. Sie sind Meister im Identifizieren von Richtig und Falsch, schaffen gerne Ordnung, richten ihren Hauptfokus auf das, was verbessert werden könnte, und glauben, in allem gut sein zu müssen. Sie halten sich gern an Regeln, schätzen Offenheit und Integrität, spüren Ärger und Groll, wenn die Dinge nicht so sind, wie sie sein sollten, speziell bei den Menschen, die für sie wichtig sind. Sie können im Urlaub sehr ausgelassen sein.

Glauben: „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!“, „Es ist nicht gut, wütend zu werden!“, „Ich weiß, was richtig ist!“, „Ordnung ist wichtig!“

Die Einser über sich: „Es gibt eine innere kritische Stimme, sie ist mein ständiger Begleiter, beobachtet mein Handeln, ruft ständig nach mehr Anstrengung und Verbesserung. Die Stimme lenkt meine Sichtweise auf Standards in der Welt und kritisiert andere wenn nötig, also dann, wenn nicht nach meinen Standards gehandelt wird. Diese Stimme ist selten ruhig und zufrieden, denn ich möchte Fehler um jeden Preis vermeiden, auch möchte ich nicht von anderen korrigiert werden.“

Image: Ich bin gut, korrekt und ordentlich. Was wir nicht sehen – Ärger, Wut und spontane Impulse.

Was motiviert sie: Klare Strukturen, sachliche Hinweise statt Kritik, eine heitere und engagierte Atmosphäre.

Leid für die Einser: Ein Gefühl von Getriebenheit, da nie genug Zeit da ist, um alles so richtig und vollkommen zu machen, wie es sein müsste.

Begabung im Beruf: Sie sind effizient in der Planung und Strukturierung, erkennen schnell Optimierungsmöglichkeiten. Die Dinge werden in der Regel sehr genau und richtig durchgeführt, und die Einser haben eine natürliche Heiterkeit!

In Beziehungen: Wer es wert ist, wird von der Eins ‚verbessert‘: „Ich liebe dich, also kritisiere ich dich“. Es ist gut, freundlich und sachlich darauf zu reagieren, statt zurück zu kritisieren. Andere können sich fragen, ob mit ihnen alles in Ordnung ist.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass ‚perfekt‘ und ‚richtig‘ sein zu wollen der Wirksamkeit im Wege stehen kann. Gut genug ist nicht gleich ‚schlecht‘. Den Hauptfokus auf Fehler und Optimierung lockern, den Druck rausnehmen durch mehr Wohlwollen für sich selbst. Auf menschliche Bedürfnisse wie Entspannung und Beziehung achten, sich erlauben, auch mal ohne Verantwortung zu sein und das Leben zu genießen.

Enneagramm-Stil 2

Die Geber *Geben und Beziehung*

Die Geber sind hilfreich und freundlich. Sie sind Meister im Herstellen von Beziehungen und richten ihren Hauptfokus auf das, was andere Menschen oder Situationen brauchen. Sie wollen in positivem Kontakt mit anderen sein und sind stolz, wenn sie andere unterstützen können. Sie können schmeicheln, um gute Beziehungen zu pflegen. Oft sind sie die eigentliche Macht hinter dem Thron.

Glauben: „Gute Beziehungen sind wichtig, fördern das Glück und den Erfolg.“, „Es ist nicht gut, selber Hilfe zu brauchen.“

Die Zweier über sich: „Ich bin fast zwanghaft nett und hilfreich und kann mich überall anpassen. Die Bedürfnisse anderer sind wichtiger als meine eigenen, und ich kann sie leichter spüren und befriedigen. Allerdings merke ich manchmal, dass ich meine Bedürfnisse auf andere Menschen projiziere – wenn ich sie unterstützen will, mögen das meine ‚Opfer‘ nicht gerne, ich finde sie dann irgendwie undankbar.“

Image: Die tüchtigen, glücklichen und freundlichen Unterstützer. Was wir nicht sehen: Ärger, Trauer, eigene Bedürfnisse und Grenzen.

Was motiviert sie: Mit Namen freundlich ansprechen, Komplimente und Wertschätzung für das Selbst und nicht nur für die getane Arbeit, Vertrauen und die Freiheit sich zu entfalten.

Leid für die Zweier: Eigene Grenzen und Bedürfnisse sind nicht spürbar, sie können sich nicht gut verbal vertreten, bis der innere Druck zu hoch wird und sich als Ausbruch entlädt.

Begabung im Beruf: Sie sind beziehungsstark, andere fühlen sich verstanden und unterstützt. Zweier kommen mit schwierigen Leuten gut aus und können die Qualitäten in anderen sehen und fördern. Sie brauchen einen emotionalen Bezug und arbeiten für die Beziehung zum Menschen.

In Beziehungen: Zweier sorgen für ihre Lieben, auch Kollegen, sagen aber nicht, was sie selber brauchen. Wehe, wenn ihre Bemühungen nicht geschätzt werden. Sie können ihre Ziele durch Nettsein erreichen und andere fragen sich manchmal: Was will oder erwartet sie / er von mir?

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass alle Menschen Grenzen und Bedürfnisse haben, auch sie. Lerne, diese besser zu integrieren und Nein zu sagen! Den Hauptfokus auf „das, was andere brauchen“ lockern und auf „den eigenen Selbstwert“ und „die eigene Position“ richten, unabhängig von der Meinung anderer. Rücke die eigene Position in den Mittelpunkt und lerne, sie direkt durch Wort, Handlung und Durchsetzungsvermögen zu vertreten.

Enneagramm-Stil 3

Die Dynamiker *Ziele und Erfolg*

Die Dynamiker sind schnell, effizient und streben nach Anerkennung. Sie sind Meister darin, erfolgversprechende Ziele zu identifizieren, erfolgreich zu sein und richten ihren Hauptfokus darauf, sich anderen als erfolgreich zu präsentieren. Eine gewisse Eitelkeit ist ihnen nicht fremd. Sie zeigen eine große Anpassungsfähigkeit und können sich in jeder Situation neu anpassen, um eine gute Performance abzugeben. Sie vergleichen sich mit anderen, sind kompetitiv und wollen gewinnen.

Glauben: „Die Welt liebt die Gewinner, ich darf nicht versagen!", „Alles ist zu schaffen!", „Ziele sind der Weg zum Erfolg"

Die Dreier über sich: „Ich spiele, um zu gewinnen oder ich spiele nicht. Ich kann mir gar nicht vorstellen, um meiner selbst willen gemocht zu werden, darum geht es nicht. Ich bin, was ich leiste, wie ich aussehe und was ich habe."

Image: Ich bin ein erfolgreicher Gewinner. Was wir nicht sehen: echte Interessen und Kompetenzgrenzen.

Was motiviert sie: Ein engagiertes Team, sowohl Lob und Anerkennung als auch ein persönliches und zuverlässiges Beziehungsangebot, unabhängig vom Erfolg.

Leid für die Dreier: Das Leben wird auf der Überholspur und oft oberflächlich geführt. Nichtstun ist unmöglich, Kommunikation hält auf und macht leicht ärgerlich. Eigene Interessen und Gefühle werden unter der Decke gehalten, sie vermissen eine wahre Tiefe in Beziehungen. In jungen Jahren sind ein erfolgreiches Image sowie gute Leistungen wichtiger als gute Beziehungen.

Begabung im Beruf: Sie sind effizient, risikofreudig mit Lösungsideen und handeln zielgerichtet für den Erfolg. Sie können sich an verschiedene Menschen und Situationen leicht anpassen und andere zu hohen Leistungen motivieren.

In Beziehungen: Sie finden heraus, was beim Anderen ankommt, etwas gemeinsam zu tun ist ein Beziehungsangebot, z. B. Tennis spielen oder schick essen gehen. Andere können beeindruckt sein und sich fragen, ob er / sie ein bisschen zu dick aufträgt oder zu viel arbeitet.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass es sich lohnt, mehr auf den eigenen Einfluss auf Menschen zu achten und die eigenen Interessen, Emotionen und Handlungswünschen zu reflektieren, um an Echtheit zu gewinnen. Den Hauptfokus auf ‚Ziele' lockern, den Druck und die Geschwindigkeit rausnehmen und mehr mit dem Strom schwimmen, den Unterschied zwischen ‚tun' und ‚sein' erkennen und sich mehr Zeit für sich selbst und für echte Beziehungen mit anderen nehmen.

Enneagramm-Stil 4

Die kreativen Individualisten *Einzigartigkeit und Bedeutung*

Die kreativen Individualisten sind charismatisch, sensibel und wirken oft ‚anders als die Anderen'. Sie haben ein feines Gespür für Ästhetik und die Fähigkeit für tiefe Gespräche, sind Meister im Feststellen dessen, was in der jeweiligen Situation fehlt, um das Gewöhnliche in Bedeutungsvolles zu verwandeln. Sie richten ihren Hauptfokus darauf, das Leben besonders zu gestalten und wie es bei anderen ankommt. Sie vergleichen sich mit anderen, was Unbehagen auslösen kann (Neid ohne Missgunst).

Glauben: „Tiefe gibt dem Leben Sinn", „Es gibt etwas, was ich nicht habe und … andere haben es."

Die Vierer über sich: „Ich sehne mich nach etwas, kann dabei eine süße Melancholie spüren, freue mich, wenn ich es habe und entdecke dann schnell die Fliege in der Suppe. Meine Aufmerksamkeit wird automatisch von dem angezogen, was fehlt, dies gilt auch für Beziehungen! Stimmungswechsel sind vertraute Begleiter. Das Normale, Durchschnittliche ist für mich nicht attraktiv."

Image: Ich bin authentisch, sensibel und einzigartig. Was wir nicht sehen: eigene Mängel und normales Gefühlsleben.

Was motiviert sie: Mit ihren ureigenen Ideen und besonderen Leistungen gesehen und wertgeschätzt zu werden; Raum für Kreativität und eigene Gestaltung; ein authentisches Beziehungsangebot ist wichtig, starre Grenzen wirken demotivierend.

Leid für die Vierer: Es gibt Momente des höchsten Glücks, aber Ruhe und Zufriedenheit sind flüchtig, sie können durch emotionale Intensität oder Distanziertheit andere überfordern.

Begabung im Beruf: Vierer haben Gefühlstiefe, können brillant analysieren, sich und andere zu hohen Leistungen inspirieren, kreative und sinnvolle Lösungen finden. Sie sehen, was fehlt und haben die Fähigkeit, etwas Bedeutungsvolles zu leisten. Die Effizienz ist vom aktuellen Gefühlsleben abhängig.

In Beziehungen: Sie brauchen Anerkennung (Hamsterpflege) und können ein Drama inszenieren, um sie zu bekommen. Eine intensive Diskussion, in der sie sich gut austauschen können und verstanden fühlen, tut gut. Sie sind einfühlsam, gute Seelsorger in Krisen; Dramen können durch Neid, Kritik oder Langeweile ausgelöst werden.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, denken, fühlen, erleben und loslassen zu können, ohne sich auf Schwierigkeiten oder auf das, was fehlt, zu konzentrieren. Die Integration von Sachlichkeit und Emotionalität bringt Herz und Geist in Einklang und stabilisiert die Zufriedenheit, ebenso wirkt körperliche Anstrengung. Den Hauptfokus auf das, was fehlt und sein könnte, lockern und gleichmäßig auf sich selber und auf andere richten.

Enneagramm-Stil 5

Die Beobachter *Wissen und Expertise*

Die Beobachter des Lebens sind ruhige, unabhängige Minimalisten, die sich aus Gewohnheit gerne zurückziehen, um zu denken. Sie sind Meister darin, Experten in ihren Interessensbereichen zu werden. Sie erwecken oft den Eindruck, nicht reden oder sich beteiligen zu wollen, weil sie sich unter Menschen eher unsicher fühlen. Ihr Hauptfokus richtet sich darauf, habsüchtig Information über ihr Thema zu sammeln und die eigene Privatsphäre vor Beziehungsansprüchen zu schützen, die sie als nicht einschätzbar und überfordernd erleben. Der Rückzug fordert allerdings andere auf, noch eindringlicher zu werden, um sich Gehör zu verschaffen.

Glauben: „Ich blicke durch!“, „Beziehung kostet zu viel Energie!“, „Ich muss mich zurückziehen, um zu denken.“, „Gefühle sind unsachlich und unlogisch!”, „Realität kann nur im Denken erfasst werden.“

Die Fünfer über sich: „Ich kann die Welt vergessen, wenn ich mich mit meinen Themen beschäftige. Dann spielt Zeit keine Rolle – aber wehe, jemand dringt in meine Welt und erwartet etwas von mir, speziell eine Beziehung, dann fühle ich mich belästigt, so als ob dieser Mensch meine Zeit und Energie stehlen will. Ich werde abweisend und geizig mit Zeit, Geld und Emotionen. Für meine Erfüllung suche ich Fachwissen, andere schätzen meine Expertise. Die Sachebene ist attraktiv, ich verachte unsachliche Gefühle und werde wütend, wenn ich damit belästigt werde oder sie von mir erwartet werden.“

Image: Ich bin sachlich und fachlich der Experte. Was wir nicht sehen: alles Persönliche.

Was motiviert sie: Viel Zeit für sich allein zu haben, um alles zu durchdenken und zu verstehen, eine anerkannte Expertenrolle, Zurückhaltung beim Kontakt suchen.

Leid für die Fünfer: Fernab von Sachthemen wirken Fünfer oft schwerfällig in der Kommunikation. Sie senden Signale von intellektueller Überlegenheit aus und isolieren sich von Menschen und vom Leben.

Begabung im Beruf: Sie sind gute Beobachter und die wahren Experten in ihrem Bereich, behalten einen kühlen Kopf in emotionsgeladenen Situationen und bleiben sachlich. Sie entscheiden sich erst nach längerem Abwägen, was zu tun ist.

In Beziehungen: Erwartungshaltungen treiben sie in den Rückzug. Die nonverbale Ebene ist sicherer, es gibt wenig Worte über Gefühle – und wenn Fünfer etwas tun, wie Müll raustragen, ist es Liebe und sie möchten, dass es geschätzt wird. Für Andere kann es anstrengend sein, in Kontakt zu kommen.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass Emotionen und die Fähigkeit, sich mitten im Geschehen aufzuhalten statt als Beobachter am Rand, das Leben bereichern. Den Hauptfokus auf das Sachthema lockern und auf Persönliches richten, um diese Entwicklung zu erleichtern.

Enneagramm-Stil 6

Die loyalen Skeptiker *Bedenken und Loyalität*

Die loyalen Skeptiker sind die natürlichen Troubleshooter. Sie sind scharfsinnig, loyal, pflichtbewusst, teamdienlich und kennen Zweifel gut. Stets wachsam für das, was schief gehen könnte, richtet sich ihr Hauptfokus auf mögliche Gefahren und die Suche nach Zuverlässigkeit. Zweifel werden in Worst-Case-Szenarien durchdacht, um sie zu bewältigen und Sicherheit zu erlangen. Sie sind Meister im Hinterfragen: welche Absichten hat ein Mensch? Welche (unangenehmen) Folgen könnten aus einer Situation oder Beziehung resultieren?

Glauben: „Die Welt ist gefährlich", „Autoritäten müssen getestet werden!" und oft genug „Ich habe keine Angst, ich will nur vorsichtig sein!"

Die Sechser über sich: „Ich denke viel darüber nach, was alles passieren könnte. Ich überlege, welche Absichten jemand haben könnte, speziell mit Autoritäten habe ich Schwierigkeiten. Ich teste sie indem ich rebelliere, um herauszufinden, ob sie sicher sind. Wenn sie freundlich / bestimmt reagieren, nicht gefährlich werden, dann kann ich vertrauen. Manchmal bin ich plötzlich sehr ärgerlich, merke nicht, dass meine Angst der Auslöser ist. Ich bin dann erstaunt zu hören, dass andere Menschen sogar Angst vor mir haben, weil ich zu scharf reagiert habe."

Image: Ich bin loyal, pflichtbewusst, zuverlässig. Was wir nicht sehen: Angst, Emotionen, Selbstzweifel.

Was motiviert sie: Klare, zuverlässige und freundliche Strukturen, Vorhersehbarkeit.

Leid für die Sechser: Es ist schwierig, in Aktion zu treten, wenn zu viele zweifelnde Gedanken auftauchen. Andere können ärgerlich auf die Sechser werden, weil sie zu viel hinterfragen statt ins Handeln zu kommen oder zu schnell ärgerlich werden.

Begabung im Beruf: Sechser sind ihrer vertrauten Gruppe gegenüber loyal und beschützend. Durch ihre Bedenken sorgen sie für Vorhersagbarkeit und fundierte Informationen. Sie sind Autoritäten gegenüber vorerst ambivalent, dauerhaft aber sehr gute, zuverlässige und loyale Mitarbeiter / Leader.

In Beziehungen: Es fällt schwer, Gefühle zuzulassen und sich in Beziehungen fallen zu lassen. Fassen sie Vertrauen, sind sie sehr loyal, sie brauchen immer wieder Bestätigung und Zuneigung, wenn zweifelnde Gedanken auftauchen. Andere können sich im Kontakt mit Sechsern leicht verunsichert fühlen.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass Zweifel und „Bedenken haben" Gewohnheiten sind, die oft durch Projektion ausgelöst werden. Es lohnt sich, auf die eigene innere Autorität und Intuition (Bauchzentrum) zu hören, und öfters eine Realitätsprüfung zu machen, um Intuition von Projektion (Worst-Case-Phantasien) zu unterscheiden und so Vertrauen zu entwickeln.

Enneagramm-Stil 7

Die Optimisten *Planen und neue Erfahrungen*

Die Optimisten sind energiegeladen und haben einen beweglichen und intellektuellen Geist von großer Vorstellungskraft. Sie sind Meister darin, laufend neue Ideen zu produzieren und für sich in allem etwas Positives zu entdecken. Sie sind unersättlich bei der Suche nach allem Neuen und Interessanten, denn das ist der Hauptfokus ihres Lebens. Sie sammeln neue Erfahrungen und planen gerne für die Zukunft. Sie sehen schnell die Verbindungen zwischen verschiedene Ideen und Situationen, suchen das Angenehme in der Gegenwart und vermeiden negative Gedanken und Gefühle.

Glauben: „Es gibt immer eine andere Möglichkeit!“, „Die anderen sind zu langsam/langweilig/negativ.“

Die Siebener über sich: „Ich kann viele neue Projekte planen und andere dafür begeistern. Schwierig ist, sie zu Ende zu führen, bei Langeweile schwindet meine Energie; sobald ich mich neuen Ideen widme, kehrt sie zurück. Mein Kopf ist so aktiv mit neuen Plänen und Bildern für die Zukunft, dass ich manchmal andere Personen nicht wahrnehme, aber mein Leben bleibt interessant. Verbindlichkeiten sind anstrengend. Ich höre, dass ich zu wenig kommuniziere, sprunghaft und nicht präsent bin.“

Image: Ich bin ein positiver Mensch und nehme das Leben leicht. Was wir nicht sehen: Selbstzweifel, Angst und Schmerz.

Was motiviert sie: Positiver Zuspruch, viel Freiraum für neue Ideen und eigene Aktivitäten, Home Office, Kritik und Grenzen in Form von Unterstützung, die Ideen auf Machbarkeit zu überprüfen. Ideen abzuwerten kränkt und wirkt demotivierend.

Leid für die Siebener: Es ist anstrengend im Kopf, sie überfordern sich und andere leicht durch zu viele Pläne, die alle umgesetzt werden wollen; sie können durch unpassende Sprüche unglaubwürdig wirken, es ist manchmal ein Zeichen für emotionale Unsicherheit und andere spüren es.

Begabung im Beruf: Optimistische Herangehensweise, die Leichtigkeit des Seins, viel Energie für den nächsten Schritt, Spaß und Zuversicht.

In Beziehungen: Sie brauchen Vertrauen und Freiheit für eigene Interessen. Der ideale Partner liebt die Sieben und teilt ihre Interessen (die sie auch gut alleine wahrnehmen könnte). Andere wollen häufig mehr Präsenz und Beständigkeit. Sie lösen einen „Bleib hier!“-Impuls bei anderen aus.

NEUE KOMPETENZEN entstehen durch die Einsicht, dass die Fähigkeit, stehen zu bleiben, sich nach Wunsch mental, emotional und physisch zu fokussieren, eine hohe Tugend ist, die mehr Empathie und tiefere Erfahrungen ermöglicht. Ebenso die Akzeptanz und Integration von Schmerz und Unbehagen neben Freude.

UNSER ANGEBOT IM ÜBERBLICK

Präsenz, Integration und Entwicklung – Weiterbildungen für Privatpersonen und Organisationen

Wir wollen mit diesem Heft Neugierde für das Enneagramm wecken und dem Leser erste Impulse für die unterschiedlichen Wahrnehmungsstile und Strategien geben. Jedoch warnen wir grundsätzlich davor, den eigenen Enneagramm-Stil oder den eines anderen Menschen vorschnell zu bestimmen. Geeigneter ist hier die Haltung eines Sherlock Holmes – denn nur Sie selbst können wirklich wissen, worauf Sie fokussieren, worüber Sie oft nachdenken und was Ihre tiefste Motivation ist. Beobachten Sie sich mit liebevollem Interesse und sammeln Sie viele Indizien, ohne sich gleich festlegen zu wollen. Wir empfehlen ein Live-Coaching, um Ihr Enneagramm-Profil zu erstellen und um erste Entwicklungsschritte zu erkennen.

WORKSHOPS – VORTRÄGE – COACHING

- Enneagramm-Profil erstellen – Typisierungs-Interviews
- Einführung
- Vertiefung
- Enneagramm in Beziehungen

TRAININGS

- Mediation / Konflikt-Management
- Führungskräfte / Teamentwicklung

ZERTIFIZIERTE WEITERBILDUNGEN

- Coaching Expert Training – Business Coach EN
- Mediation Expert Training – Mediator EN / Mediator BM®
- Enneagram Expert Training – Enneagramm-Trainer/Lehrer

Kontakt: info@enneagramgermany.de

© Enneagram Germany | ZEICHNUNGEN Tiki Küstenmacher | GESTALTUNG DOCK 43

PUBLIKATION

Verlag Books on Demand
ISBN-Nr. 978-3-8334-7492-7
Erschienen am 15.8.2008 (1. Aufl.)
Paperback, ca. 140 Seiten
Preis: 15,90 EUR (D) / 16,40 EUR (A) / 28,00 CHF
(Angaben in CHF: unverbindliche Preisempfehlung)

„Ich bin anders – Du auch?“

Sich selbst und andere neu entdecken – Das Enneagramm in der mündlichen Tradition. Von Pamela Michaelis und Ingrid Meyer-Klemm*

Haben Sie sich schon einmal die Frage gestellt, warum ihre Mitmenschen so anders denken, fühlen und handeln als Sie selbst? Würden Sie diesem Phänomen gern auf den Grund gehen? Dann halten Sie mit diesem Buch „Ich bin anders – Du auch?“ eine interessante Lektüre in der Hand, die Ihnen hilft, sich selbst und andere Menschen besser zu verstehen. Das Buch macht Sie über Kindheitsgeschichten bekannt mit neun unterschiedlichen Wahrnehmungsmustern und den darauf begründeten neun Persönlichkeitsstilen des Enneagramms.
Und einen davon leben Sie!
Darüber hinaus bekommen Sie durch das fundierte Wissen über das Enneagramm eine praktische Anleitung, um Ihr persönliches Wachstum zu fördern und das anderer Menschen zu begleiten.

*heute Ingrid Springstein

„Die Selbstbeobachtung ist eine hohe Kunst. Wenn wir uns selbst beobachten, gewinnen wir an Selbstbewusstsein, können unsere Gedanken und Emotionen transformieren und Andere gut führen.“

PAMELA MICHAELIS

Enneagram Germany
Enneagram Expert Training
Ausbildung und Seminare in der mündlichen Tradition

Enneagram Germany

Isestraße 55 D-20149 Hamburg
+49 (0)40 480 80 99
www.enneagramgermany.de

Liz. Trainer Palmer / Daniels Enneagram Professional Training Program
www.enneagramworldwide.com