



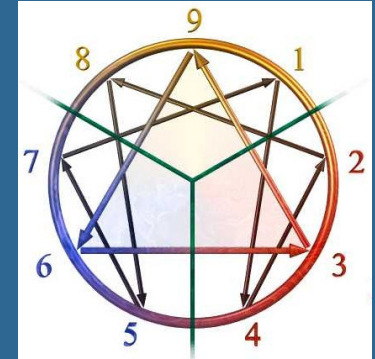
Enneagram

*voor persoonlijke en
professionele ontwikkeling*

Life-Force
training & coaching

Peter Haima

WAT IS HET ENNEAGRAM?



- I. Een model/instrument
- II. Beschrijft 9 automatische patronen van denken, voelen en handelen
- III. Elk type heeft unieke kijk op de wereld, unieke successtrategie, valkuilen, drijfveren
- IV. Krachtig instrument voor verbetering van persoonlijke effectiviteit, communicatie, teamsamenwerking, zingeving, stressbestendigheid
- V. Niet de typering maar de groei is het doel!



**Enneagram is geen karaktertypering
maar geeft inzicht in de onbewuste
drijfveren die tot gedrag leiden**



GESCHIEDENIS ENNEAGRAM

- ❖ Symbool is oud, mogelijk 2500 jaar v.C. (Babylonië)
- ❖ Werd al eeuwen gebruikt door spirituele scholen voor spirituele groei (Islam-soefisme), mondelinge overdracht
- ❖ Gurdjieff (1875) herontdekte het enneagram
- ❖ Ichazo ('60), Naranjo ('60-70); Helen Palmer + Riso & Hudson ('80-90) ontwikkelen psychologische type beschrijvingen
- ❖ 2000+: toenemend gebruik door coaches en psychologen voor maatwerk!

MODERNE ENNEAGRAM

- ❖ Ichazo (jaren '60) ontdekte het verband tussen het enneagram symbool en oude kennis over persoonlijkheidstypen
- ❖ Hogere eigenschappen worden vervormd tot passies
- ❖ Eén passie voert bij elk mens de boventoon: de hoofdmanier waarop we doorslaan in *denken, voelen en handelen*
- ❖ Riso & Hudson (jaren '80-90) ontwikkelen psychologische type beschrijvingen, vragenlijsten, gezondheids niveaus

Enneagram onderscheidt zich van andere persoonlijkheidsmodellen:

1) onthult onze diepste onbewuste drijfveren



Wat ik doe



Wat is de
drijfveer
achter mijn
gedrag

Enneagram onderscheidt zich van andere persoonlijkheidsmodellen:

2. Geeft inzicht in hoe we kunnen groeien en hoe we reageren op stress (integratie/desintegratie)
3. Geeft coach mogelijkheid om de aanpak aan te passen aan de specifieke drijfveren van de persoon (maatwerk!)
4. Gezondheids niveaus geven informatie over de mate waarin we gevangen of bevrijd zijn van automatische gedragspatronen.
5. Enneagram wordt ook gebruikt als spiritueel model (Almaas), het onthult dan via welke mechanismen we onze ware aard zijn vergeten en wijst de weg naar bevrijding van ons ego.

Enneagram biedt zicht op hoe ieder de wereld om zich heen ziet



- Wat is mijn gezichtspunt
- Wat neem ik waar?
-en is dat de hele waarheid?

Enneagram biedt zicht op ons EGO



Enneagram: 9 basis-motivaties (> vervormingen)



1. Ik wil aandacht door het goed te doen (>kritisch perfectionisme)
2. Ik wil aandacht door anderen te helpen (>behoefte nodig te zijn)
3. Ik wil aandacht winnen door prestaties (>najagen succes)
4. Ik wil verbondenheid met mezelf terugvinden (>eindeloos verlangen naar wat ontbreekt)
5. Ik wil onafhankelijk zijn (>gericht op kennis en bewaren privacy)
6. Ik wil veilig zijn (>aandacht op gevaren, situaties controleren)
7. Ik wil gelukkig zijn (>overmatige aandacht voor leuke plannen en pleziertjes)
8. Ik wil respect (> constant strijden, wie is de baas, territoriumgedrag)
9. Ik wil harmonie (>overmatige aandacht voor comfortabele rust, consensus en agenda's van anderen)



9) Conflicten

8) Kwetsbaar zijn

1) Imperfectie

7) Beperkt worden

2) Behoeftig zijn

IK WIL NIET..

6) Onzeker/
onveilig zijn

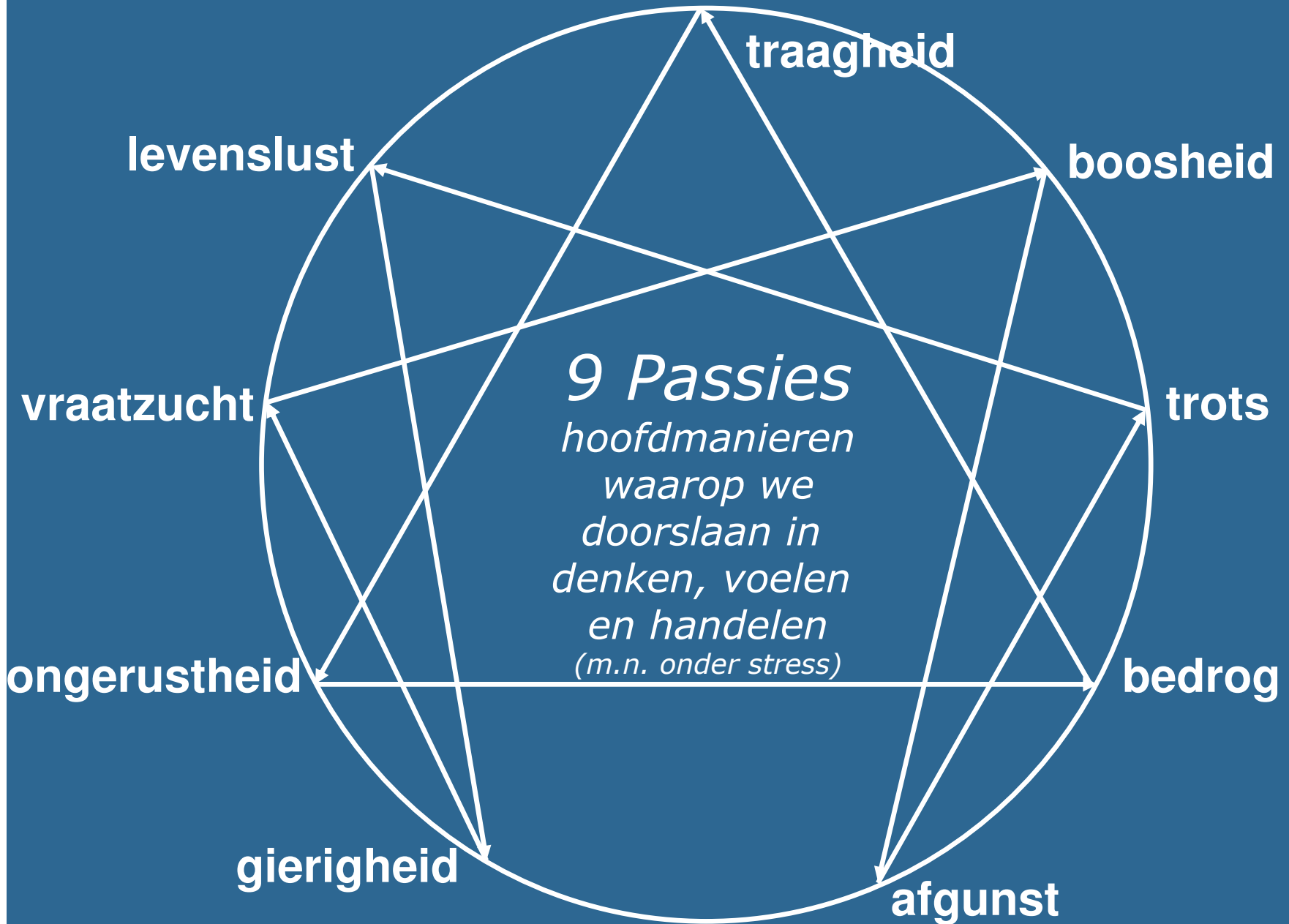
3) Falen

5) Afhankelijk zijn

4) Saai zijn

Enneagram: 9 passies

© www.life-force.nl



Enneagram: 9 verleidingen en vermijdingen



	Streven naar (verleiding)	Vermijden van.....
1	Perfectie (goed doen)	Imperfectie
2	Nodig zijn	Tekort schieten, behoeftig zijn
3	Succes	Falen
4	Echtheid, eigenheid (intensiteit, melancholie, schoonheid)	Alledaagsheid
5	Weten/kennis/onafhankelijkheid	Afhankelijkheid
6	Zekerheid/veiligheid	Onzekerheid (twijfel)
7	Plezier en leuke plannen	Pijn, beperking
8	Macht/respect	Kwetsbaarheid
9	Harmonie	Conflicten

ENNEAGRAM IN COMMUNICATIE

	Vragen	Irriteert anderen	Raakt geïrriteerd
1	Wat zijn richtlijnen, is dit juiste manier?	Kritiek, perfectionisme	Negeren procedure Afspraak niet nakomen
2	Hoe helpt dit anderen?	Overbehulpzaam	Geen waardering
3	Wat levert het op?	Gedrevenheid	Inefficiëntie, niets doen
4	Wat speelt er echt?	Stemmingswissel	Ongevoelig, respectloos
5	Is dit logisch, hebben we relevante gegevens?	Arrogantie Afstandelijkheid	Onlogische argumenten
6	Wat bedoel je daarmee, en de risico's?	Twijfel, voorzichtigheid	Onbetrouwbaar, onduidelijk
7	Kunnen we leuker maken, wie heeft een mooi plan?	Optimisme, plannen maken	Pessimisme, klagen, traagheid
8	Wie neemt de leiding, wanneer start het?	Dominantie	Beperkingen, controle, zwakte
9	Hoe kunnen we tot overeenstemming komen?	Uitstel, conflictvermijding	Onenigheid, gedram, "moeten"

TYPISCHE WERKPROBLEMEN EN STRESS FACTOREN



1. Time management door te hoge kwaliteitsnormen; slecht in delegeren. Te kritisch.
2. Sterke focus op intermenselijke >> doelgerichtheid gaat verloren. Hoge werkdruk door geen "nee zeggen".
3. Resultaat gericht (korte termijn); structureel hyperactief >> hoge bloeddruk, gejaagdheid, hartklachten.
4. Jezelf te veel willen onderscheiden van anderen in het team. Stemningswisselingen.
5. Samenwerkings problemen door intellectuele/ afstandelijke benadering en neiging om onafhankelijk te blijven.

TYPISCHE WERKPROBLEMEN EN STRESS FACTOREN



6. Twijfel over betrouwbaarheid omgeving en eigen bekwaamheden. Haat/liefde verhouding met autoriteit.
7. Te snel afgeleid. Steeds nieuwe plannen, maakt af. Samenwerkingsproblemen door vermijden verantwoordelijkheid.
8. Leiding geven via controle/macht. ZW denken. Aanvallende communicatie die medewerkers bang maakt.
9. Directief leidinggeven als het nodig is lukt niet. Uitstelgedrag. Samenwerkingsproblemen door conflictvermijndend gedrag.

ENNEAGRAM IN RELATIES & TEAMS

- ☺ Als je je eigen type kent, kun je eigen automatische reacties op situaties beter herkennen en zelfs loslaten
 - Je wordt bijvoorbeeld minder snel boos als je (als 2) geen dankbaarheid krijgt, na hulp.
 - Je bent milder naar jezelf, fijner in omgang.
- ☺ Als je het typegedrag van de ander kent/ "herkent"
 - Kun je meer compassie opbrengen voor zijn/haar automatische gedrag. Je wordt milder.
 - Kun je beter met hem/haar communiceren
 - Kun je teams beter balanceren door inbreng/kwaliteiten van de medewerker beter in te schatten en te gebruiken (Bv. een 6 kan goed troubleshooten, 5 kan goed analyseren)

ENNEAGRAM VALKUILEN

- Ik laat me niet in een hokje stoppen
- Teveel focus op het vinden van het juiste type
- Ik ben nu eenmaal type X, kan er niets aan doen
- Vragenlijsten (op internet) zijn misleidend,
professionele afname van vragen door coach
- Je type theoretisch kennen is niet hetzelfde als je type gedrag ook herkennen als je het vertoont en erkennen.



LIFE-FORCE

Life-Force begeleidt mens & organisatie bij het ontwikkelen van hun talenten en mogelijkheden. Centraal staat het vergroten van jouw zelfinzicht in onbewuste drijfveren, kwaliteiten en valkuilen. Dat helpt mensen echt vooruit en geeft een blijvende verbetering van persoonlijke effectiviteit, samenwerking, communicatie en zingeving.

- Trainingen
- Lezingen
- Coaching
- Persoonlijk en in-company



LIFE-FORCE

De Mars 1
6932 BN
Westervoort

T: +31(0)264820330

F: +31(0)264820331

E: info@life-force.nl

W: www.life-force.nl