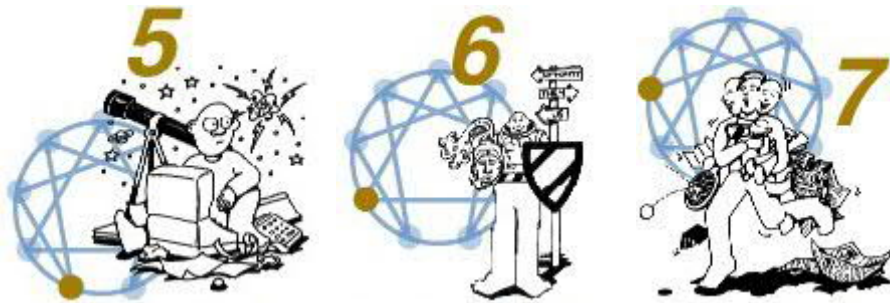


Die Dynamiken der KOPF-Menschen und ihre Baustellen

Das Grundthema im Kopfzentrum ist **Sicherheit** und das Bedürfnis nach Orientierung. Die Typmuster 5, 6 und 7 sind diesem Zentrum zugeordnet und versuchen auf unterschiedliche Weise sich selbst ein Gefühl und einen Status der Sicherheit zu geben. Dabei ist es das Ziel, mit **Ratio und Sachverstand** das grundlegende Gefühl der Bedrohung von außen und die Verunsicherung im Inneren nicht zu sehr empfinden zu müssen. Ein Grundgefühl der ANGST aktiviert SicherheitsDENKEN.



Überlebens-Strategien:

Typ 5 sucht die Sicherheit in der rationalen Analyse, im präzisen Beobachten und in der Anhäufung von Wissen. Die Aufmerksamkeit geht vom Fühlen und vom Körper weg:

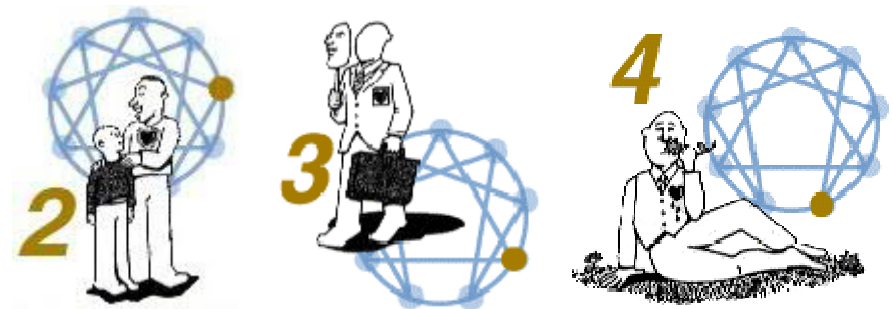
In meinen eigenen Wahrnehmungen und in meinen eigenen Gedanken fühle ich mich sicher!

Typ 6 sucht die Sicherheit durch ständiges „Fahnden“ nach verborgenen Absichten und Risiken. *Kann ich hier sicher sein? Wahrscheinlich eher nicht, oder? Wo gibt es Halt und Verlässlichkeit für mich?*

Typ 7 sucht die Sicherheit durch die automatische Ausrichtung auf positive Reize von außen und positive Vorstellungen von innen. Auf diese Weise werden gute Gefühle zum Festhalten erzeugt: *Was könnte ich als nächstes tun, um etwas Schönes und Angenehmes zu erleben?*

Die Dynamiken der HERZ-Menschen und ihre Baustellen

Das Grundthema im Herzzentrum ist die **Beziehung** und der ständige Versuch mit Empathie nach **Kontakt** zu suchen. Erst im Kontakt fühlen sie sich weniger wertlos oder ungeliebt. Die Typmuster 2, 3 und 4 sind diesem Zentrum zugeordnet. Sie sind der Überzeugung, dass ein Mitanderen-fühlen für Beachtung und Anerkennung sorgt und so die Angst vor dem Ungeliebtsein überwunden werden kann.



Überlebens-Strategien:

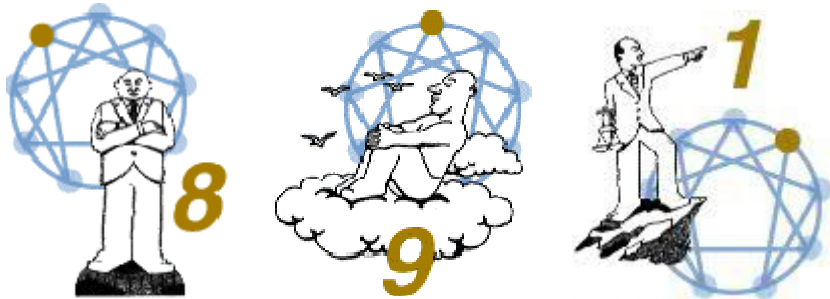
Typ 2 unterdrückt den Schmerz über die eigene vermeintliche Wertlosigkeit und den Hunger nach Liebe mit einer starken Betonung des anderen Menschen: *Ich fühle direkt, was du brauchst und das gebe ich dir! Ich selbst brauche nichts!*

Typ 3 kompensiert die gespürte Wertlosigkeit durch gekonnte Selbstdarstellung und beste Leistungen. *Ich erkenne, was hier erwartet wird und ich passe mich an, indem ich die Erwartungen mit Bravour erfülle!*

Typ 4 löst das Problem des Ungeliebtseins durch die Identifikation mit der Überzeugung selbst etwas ganz Besonderes zu sein. Der Schmerz über ein Verkannt- oder Übersehen-Werden wird erträglich, indem dieser verklärt und dramatisiert wird: *Keiner sieht und versteht wer ich wirklich bin!*

Die Dynamiken der BAUCH-Menschen und ihre Baustellen

Das Grundthema im Bauchzentrum ist das Thema der **Autonomie** (Unabhängigkeit/Eigenständigkeit). Die Typmuster 8, 9 und 1 wollen sich in den Wirren des Alltages weder machtlos noch unterlegen erleben. Sie verteidigen ihre Autonomie und kämpfen gegen die Angst, nicht wirklich wichtig zu sein.

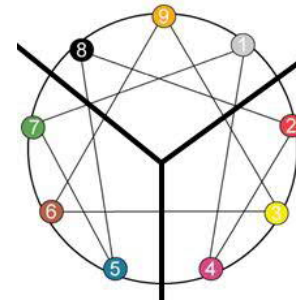


Überlebens-Strategien:

Typ 8 kompensiert uneingestandene Schwäche und drohende Machtlosigkeit durch eine starke Identifikation mit Kraft und Stärke. Sie setzen eine geballte Ladung Energie in Raum: *Mir kann keiner was! Jeder soll wissen, dass ich hier bin!*

Typ 9 löst das Problem der Ohn-Macht durch Verzicht auf ein eigenes Wollen und die Verschmelzung mit einem größeren Ganzen: *Mir ist alles recht! Ich bin zufrieden! Nur nicht auffallen, dann kann man nicht reinfallen!*

Typ 1 bewältigt die innerlich empfundene Machtlosigkeit durch moralische Überlegenheit. Scharfe Selbstkritik nach innen: *Ich darf mir keine Fehler erlauben!* und drohende Kritik nach außen: *Ich werde ärgerlich über mangelnde Perfektion!* sind Versuche, sich im Machtgefüge verschiedenster Situationen zu behaupten.



Das Enneagramm

Sich selbst und andere besser verstehen

Ein Hilfsmittel
zur Persönlichkeitsentwicklung:
Vom Typ zum Original!

In einem grafischen und interaktiven Modell wurde versucht eine Vielfalt an „Lebenswissen“ zu ordnen:

„Ennea-Gramm“ = „9-Punkt“ – $3 \times 3 = 9$ Ansichten über das Leben.

Drei voneinander verschiedenen Grundkräften (Zentren/Triaden) sind jeweils drei psychologische Grundmuster (Verhaltensmuster) zugeordnet. Die drei Grundkräfte sind:

Kopfzentrum (Ratio und Sachverstand als intellektuelle Kompetenz)

Herzzentrum (Emotion und Beziehung als soziale Kompetenz)

Bauchzentrum (Instinkt und Intuition als personale Kompetenz)

Jedem Menschen sind diese Energie-Quellen zu eigen. Sie laden ein, aus ihnen zu schöpfen und sie auf persönliche Weise zu entfalten. Wir besitzen grundsätzlich Zugang zu allen drei Zentren, in der Regel dominiert eines dieser drei Zentren. Warum sich damit zufrieden geben?

Die Dynamiken der 3 Grundkräfte entfalten sich in jeweils 3 psychologischen Grundmustern. **Im Enneagramm werden 9 „Weisen von Menschsein“ aufgezeigt und „ausgemalt“, die einen einzelnen Menschen niemals in Gänze beschreiben. Jedoch kann ich mich in den aufgezeigten Inhalten spiegeln und dabei eigene Anteile entdecken.** Ich kann verstehen lernen: Es geht um meine eingeübte Überlebens-Strategie, die mir zu Zeiten ihrer Entstehung eine wirkliche Hilfe war, um meine damalige Alltagssituation zu bewältigen.

Heute sind wir eingeladen, in Beruf und Alltag aus **H**unserer reflektierten Überlebens-Strategie eine echte Lebens-Strategie zu entwickeln... und mit Respekt und Wertschätzung einander wohlwollend zu begegnen!