

**Enneagrammet** er et tolkningssystem som sammenfatter personligheden med det spirituelle. Det stammer fra Islamisk mystik (sufisme), Tilhængere af metoden, ser Enneagram som en form for landkort, hvor mennesket via sin type kan blive bevidst om sin egen situation, sine tanke-/handlemønstre, passioner, fikseringer og særlige evner. Enneagrammet præsenteres dels som et værktøj til personlig udvikling og dels som et værktøj til udvælgelse og sammensætning af teams, der skal arbejde målrettet. Enneagrammet bygger på antagelser om mennesket, der er tvivlsomme ud fra en gængs testpsykologisk/videnskabelig vinkel.

Som persontypeværktøj, har Enneagrammet til formål at give indsigt i de forhold, der motiverer mennesket. Tilhængere ser Enneagrammet som en metode til at oparbejde ordforråd, indsigter og værktøjer omkring værdier/overbevisninger og omkring adfærdsmønstre inden for problemløsning, motivation, stress, kommunikation, konflikthåndtering og teamarbejde. Fortalere for metoden mener, at den udmærker sig ved både at beskrive vores adfærd samt forklare adfærdens baggrund (i modsætning til andre lignende persontypeværktøjer, som kun skulle beskrive menneskers adfærd). Enneagrammet opfattes dermed som et slags landkort til forståelse af de måder psyken arbejder på.

## De ni typer

Enneagrammets ni typer:

1. Perfektionist
2. Hjælper
3. Udretter
4. Romantiker
5. Jagttager
6. Skeptiker
7. Eventyrer
8. Frontkæmper
9. Fredselsker

## Anvendelser

Ved at have indsigt i baggrunden for adfærden i konkrete situationer er det muligt at blive bedre til:

- at opdage dine essentielle værdier og overbevisninger
- at opnå god kommunikation med din omverden – kolleger, partner, børn, chefen, familien
- at anvende dine færdigheder og udnytte dine talenter
- at håndtere konflikter og løse problemstillinger
- at skabe forståelse for de motiver, der ligger bag menneskers handlinger
- at opnå rummelighed overfor mennesker, vi normalt føler os langt væk fra i værdier
- at motivere individuelt, målrettet og præcist – både dig selv og andre

- at skabe fælles værdier og mål for et team
- at få dit budskab igennem – første gang
- at uddelegere opgaver, som matcher modtagerens essentielle motivationsfaktorer
- at sammensætte teams, der trækker på hinandens styrker
- at give positiv feedback i stressede situationer
- at "fange" egen og andres signaler på stress eller overbelastning
- at sikre personlig vækst og udvikling for dig selv og andre at foregribe stress

## Flere definitioner

**Enneagrammet** er en psykologisk- spirituel model som tydeliggør hvad det grundlæggende er der motiverer os selv og andre, og dermed hjælpe til at forstå os selv og andre mennesker. Iagttagelse vores personlighedstræk, og herved forstå karakteren af de mønstre vi er fastlåst i, og hvordan de hæmmer vores udvikling. Vise os vejen til den essenstilstand vi ubevidst søger efter hele vores liv, og kan være medvirkende til bedre at komme i kontakt med den vi virkelig er.

**Enneagrammet** er også en anden indfaldsvinkel til at forstå sig selv og andre, det er mest karakteristisk for de unge år op til omkring de 25, hvorefter det bliver mindre karakteristisk – fordi vi heldigvis ændrer os – bliver mere nuanceret i vor måde at opleve os selv og verden på.

Hver person har udgangspunkt i "synd" eller en "passion". Man siger, at vi anvender al vores energi på at leve denne passion ud i det virkelige liv – i håb om at vi opnår et lykkeligt liv. Dette sker kun i ringe grad. Det vi har brug for, er at gøre stort set det modsatte vores passion driver os til at gøre – for derigennem at skabe en psykologisk udvikling, som igen medfører mulighed for en kontakt til vores sande selv, vores essens.