

16 Konfliktmanagement- Kongress 2019 –

Jenseits des Tellerrands

07. September 2019

Forum: 4B – „Das Enneagramm – sich selbst und andere besser verstehen“

Referentin: Pamela Michaelis
liz. Ausbilderin, Mediatorin und Supervisorin

Berichterstatterin: Mareile Sarfels
Mediatorin, Coach, Juristin in Celle

Die Referentin, die einen sehr lebendigen und interessanten Vortrag hielt, beschäftigt sich seit weit mehr als 20 Jahren, ja seit fast 30 Jahren mit dem Thema „Enneagramm“.

Das Enneagramm ist eine Methode, eine Struktur, um die individuelle Wahrnehmung und die Unterscheide zwischen der Wahrnehmung von Menschen zu erklären.

Das Wort setzt sich aus „Ennea“ griechisch für „Neun“ und „gram“ für „Schreiben“ oder „Geschriebenes“ zusammen. Mit dem Begriff werden neun Wahrnehmungsstile erfasst.

Je drei Wahrnehmungsstile sind einem der drei Grundtypen/drei Zentren zugeordnet. Die drei Grundtypen sind Kopf, Herz und Bauch und damit hat auch jeder Grundtyp einen physischen Platz im Körper.

Und ebenso auch (im Folgenden natürlich sehr vereinfacht) im Gehirn als Wahrnehmungszentrum – dort erfolgt die allererste Wahrnehmung im Stammhirn. Hier werden unbewusst Situationen blitzschnell nach den Aspekten Sicherheit und Grundexistenz bewertet und die Instinkte gesteuert (Bauch). Dann erfolgt eine nächste – ebenfalls noch unbewusste – Verarbeitung im limbischen System. Hier werden zwischenmenschliche Wahrnehmungen erfasst (Herz). Erst danach erfolgt eine – eher bewusste – Verarbeitung im Neo Cortex (Kopf).

Der erste Typ ist der Bauchtyp, dessen vorherrschende Grundbedürfnisse die Zugehörigkeit aber auch die Autonomie sowie die Selbstwirksamkeit sind. Er ist eher in sich ruhend mit einem Kraftzentrum. Aus diesem heraus ist der Bauchtype in der Lage instinktiv klare Worte zu finden und zu Handeln. Seine Frage ist: „Was ist zu tun?“ Wichtig ist ihm, dass ihm Respekt entgegengebracht wird. Er kann großes Glück empfinden. Bei Hilflosigkeit entsteht Wut in ihm, die ihn auch in den Kampf „treibt“.

Der Herztyp fühlt. Seine vorrangigen Bedürfnisse sind Anerkennung und Beziehungen. Die Emotionale Intelligenz, also der EQ, gehört hierher. Dazu verfügt der Herztyp über eine große Fähigkeit sich anzupassen und Verbindung mit Menschen zu suchen und einzugehen sowie einem aufrichtigen Interesse an anderen Menschen. Über die Anerkennung ist ihm sein „Image“ wichtig. Er vergleicht Situationen und erwartet für seine Leistung Anerkennung. Sein Lebensgefühl ist Hoffnung, aus dem er seine besonderen Fähigkeiten wie Lebendigkeit und Kreativität generiert. Andererseits erleidet er wirkliche Trauer und Schmerz, auf die er mit Abwertung anderer reagiert, wenn er betroffen ist oder verletzt wird oder nicht anerkannt wird, Seine Fragen an Situationen sind „Wie geht es anderen damit? Oder „Was bedeutet dies jetzt?“

Der Grundtyp „Kopf“ hat als vorrangige Bedürfnisse Vertrauen und (bewusste) Sicherheit. Er denkt und orientiert sich und bewertet Situationen. Hier ist der IQ angesiedelt. Neben dem Vertrauen ist

ihm als Ausprägung Loyalität sehr wichtig. Den Kopftyp beschäftigt die Fragen „Was könnte sein?“ „Was könnte passieren?“ „Was könnte ich vergessen haben?“. Seine Gefühle sind Mut & Glaube, so dass er zu unbedingter Liebe und zu Handeln in schwierigen Situationen in der Lage ist. Auf der anderen Seite steht die Angst.

Innerhalb der drei Grundtypen wird zwischen je drei weiteren Typen / Wahrnehmungsstilen unterschieden. Hier konnten wir in der Kürze der Zeit leider nicht mehr erfahren.

Der eigene, vorherrschende Wahrnehmungsstil ist die Grundlage für die individuelle Lebensstrategie. Wobei keiner von uns nur einem einzigen Typ entsprechen dürfte – alle drei spielen zusammen. Der vorherrschende Typ bestimmt aber unsere Wahrnehmungsrichtung. Die anderen Typen ergänzen uns. Außerdem spielen auch alle anderen biografischen Einflüsse wie Erziehung, familiäre Situationen, etc. eine Rolle.

Für mich wurde nachvollziehbar, aus welchem Grund, wir (oder ich) andere manchmal nicht verstehe(n), jedenfalls nicht auf Abtrieb. So berichtete Pamela von einer Begegnung auf einem Messestand zum Enneagramm mit einem (ich glaube) Bauingenieur, der sich über Fragen zur Größe des Messestandes, dessen Ausstattung, etc. der ganzen Sache annäherte (Kopf). Sie selber wäre in solchen Fällen auf die Plakate, die schöne Ausstattung und wie ansprechend alles sei zu sprechen gekommen (Herz). Auch mit Anekdoten aus ihrer Ehe mit einem Kopftypen konnte sie sehr anschauliche Beispiele für völlig unterschiedliche Betrachtungsweisen bilden.

Ich denke, dass den meisten von uns schon klar war, dass Menschen unterschiedlich wahrnehmen. Ich finde den Ansatz die Wahrnehmung in Typen aufzuteilen und Stile zu differenzieren eine gelungene Struktur. Dass diese drei wertfrei nebeneinanderstehen, macht dieses Modell zusätzlich für mich interessant. Diese Modelle zu nehmen, um zu verstehen, wie und was nehme ICH überhaupt von der Realität wahr und ebenso wie und was nehmen ANDERE Menschen wahr, und um sich und/oder Beziehungen weiterzuentwickeln, stelle ich mir sehr spannend vor.

Auf der Seite www.enneagrammgermany.de sind viele weitere Informationen zu finden.