



Suzanne Stabile

Du und die anderen

Mit dem Enneagramm
auf dem Weg zu
gelingenden Beziehungen

adeo

Die Sieben genießt es, immer die beste Möglichkeit von allem zu finden. Sie will Schmerz vermeiden, und sie ist sehr gut darin, alles Negative positiv umzudeuten. Siebenener reden sich selbst ein, sie verfügen über die ganze Bandbreite des Gefühlsspektrums. Aber in Wirklichkeit halten sie sich überwiegend auf der Sonnenseite auf – das Leben will erfahren und genossen werden. Das bedeutet: Wiederholung ist nicht wünschenswert. Gewohnheit ist todlangweilig. Siebenener sind Meister im Verdrängen; Angst bewältigen sie, indem sie sie verbreiten. Aber sie haben auch eine besondere Begabung dafür, andere zu ermutigen. Ganz ehrlich: Ohne die Siebenener hätten wir im Leben sehr viel weniger Spaß.

Die Acht – der *Herausforderer* oder *Boss*.
Achter sind eigenständige Typen, die dazu neigen, in Extremen zu denken. Gut oder schlecht, richtig oder falsch, Freund oder Feind. Zorn ist das Gefühl, das ihnen am vertrautesten ist. Aber er hält meist nicht lange an. Achter fordern zwar nicht direkt Offenheit, aber sie wünschen und respektieren sie. Ihr Fokus liegt im Außen, und sie stellen sich gern auf die Seite der Benachteiligten. Die Acht ist leidenschaftlich! Sie hat mehr Energie als alle anderen Enneagramm-Typen; sie investiert sich mit Haut und Haar in das, was sie tut oder woran sie glaubt, und sie umgibt sich gern mit Menschen, die ebenfalls aufs Ganze gehen.

Die Neun – der *Friedensstifter* oder *Vermittler*. Sie ist der am wenigsten komplexe Typ im Enneagramm. Neunen verfügen über das geringste Maß an Energie; sie sind bemüht, alles in sich zu verschließen, was zu Konflikten führen könnte, und alles von sich fernzuhalten, was ihnen ihren Frieden rauben könnte. Die Neun ist der Dickkopf unter den Enneagramm-Typen. Angst bewältigt sie, indem sie passiv-aggressiv wird. Neunen haben die Gabe und das Problem, dass sie stets beide Seiten der Medaille sehen, was sie zu Unentschlossenheit und zum Aufschieben verleitet. In Beziehungen sind Neunen loyal und wünschen sich Nähe. Sie sind selbstlos und können um der Gemeinschaft willen

eigene Bedürfnisse und Pläne zurückstellen.

Das System des Enneagramms

Das Enneagramm ist einzigartig in dem, was es bietet, wenn wir ein Interesse daran haben, nicht länger die zu bleiben, die wir sind, sondern die Person zu werden, die wir gern sein möchten. Deshalb kommt hier, am Beginn dieser Reise, ein Überblick über die Dynamik des Enneagramms.

Die Dreiergruppen. Innerhalb des Gesamtsystems des Enneagramms gibt es noch einmal drei Untergruppen, die unterschiedliche Zugänge zur Welt beschreiben: fühlen, denken, handeln. Die

neun Typen werden diesen drei Weltzugängen zugeordnet, die auch Triaden genannt werden. Zu welcher Dreiergruppe man gehört, entscheidet sich daran, wie man Informationen verarbeitet oder Situationen bewältigt.

Die Zwei, die Drei und die Vier gehören zur Herzgruppe, in der das Gefühl dominiert. Die Kopfgruppe umfasst die Fünf, die Sechs und die Sieben; hier ist das Denken vorherrschend. Und für die Bauchgruppe ist der bestimmende Zugang das Handeln; zu ihr gehören die Acht, die Neun und die Eins.