

DE KRACHT VAN HET ENNEAGRAM

Sandra De Clercq

DE KRACHT VAN HET ENNEAGRAM

*Ontdek wie je bent
en zou kunnen zijn*

Manteau

*Voor Katherine,
mijn trainer, coach, mentor, vriendin en zoveel meer.*

Voorwoord	6
Voorwoord Liesbeth Sabbe, Colruyt Group	10
Het Enneagram als model	12
De illusie van grondige zelfkennis	12
Een eeuwenoud model	16
Het symbool	17
Een bedrieglijk simpel model	19
Een aantal misvattingen	24
Basistype 8: De Beschermende Uitdager	28
Basistype 9: De Vreedzame Bemiddelaar	42
Basistype 1: De Morele Hervormer	58
Basistype 2: De Verzorgende Adviseur	72
Basistype 3: De Succesvolle Presteerder	88
Basistype 4: De Romantische Individualist	104
Basistype 5: De Onderzoekende Denker	120
Basistype 6: De Loyale Bewaker	134
Basistype 7: De Entertainende Optimist	150
Aan de slag!	166
Dankwoord	174

Voorwoord

Wat drijft mij?

Toen ik in 1994 mijn master in de bedrijfspsychologie behaalde, was ik ervan overtuigd dat ik stabiliteit wilde. In die tijd betekende dat voor mij: trouwen, kinderen en hr-manager zijn in een groot bedrijf voor mijn dertigste. Ongeveer tien jaar later kwam ik tot de vaststelling dat ik getrouwd was, bewust besloten had toch kinderloos te blijven en mijn loopbaandoelstelling behaald had. En toch was ik niet gelukkig.

De rol van hr-manager haalde het slechtste in mij naar boven. Mensen ontslaan was heel moeilijk maar ik zei tegen mezelf: 'Iemand moet het doen, dus kan ik het beter doen op een zo menselijk mogelijke manier.' Wat ik niet besepte, was dat ik mijn hart helemaal afsloot om de pijn niet te voelen. Op een bepaalde dag besloot ik dat ik niet de persoon was die ik wilde zijn. Ik wist ergens diep vanbinnen dat ik een beter mens was dan ik in de buitenwereld liet blijken. Ik voelde mijn hart niet meer, was in een robot veranderd en besloot weer naar mijn warmte, mijn hart en mezelf op zoek te gaan.

Ik nam ontslag en ben dan een jaar aan het dolen geweest tot ik mijn roeping ontdekte: coaching. Ik vond het geweldig om op zoek te gaan naar wat zo positief is aan mensen en ze vanuit hun talenten nog verder te laten openbloeien. Ik besepte dat stabiliteit niet zo belangrijk was voor mij als ik dacht. Persoonlijke groei, diepgang en emotionele echtheid waren veel belangrijkere drijfveren voor mij. Als ik er nu op terugkijk, ben ik ook dankbaar voor de jaren dat ik niet functioneerde in lijn met mijn drijfveren. Het gaf me de ervaring dat ik kon leven op de lagere ontwikkelingsniveaus. Dat helpt me nu om anderen niet te veroordelen als zij niet in contact staan met hun hart of 'verdwaald' zijn, net zoals ik dat was. Het helpt me ook mezelf te betrappen wanneer ik opnieuw afdaal.

In 2006 waagde ik de sprong om zelfstandige te worden en een zaak op te richten waarin persoonlijke groei centraal staat. Ik weet van mezelf dat ik veel behoefte heb aan variatie en afwisseling; dus mijn plan was om veel verschillende werkmethoden, theorieën en modellen onder de knie te krijgen. Ik startte met het Enneagram, dat betekende een acht dagen durende training in Nederland bij Rita van der Weck-Capitein. Dit smaakte naar meer...

Een paar maanden later volgde ik een intensieve zesdaagse training met

Don Riso en Russ Hudson, belangrijke spelers op wereldniveau. Ik was zo gepassioneerd dat ik alle mogelijke trainingen volgde, variërend van Europa tot in Amerika, en behaalde in 2008 als eerste Belgische het certificaat 'Riso-Hudson Enneagramtrainer'. Nog steeds was mijn honger niet gestild. Nu was ik immers nieuwsgierig naar wat andere trainers nog te vertellen hadden. Zo kwam ik bij Tom Condon en Katherine Chernick Favre terecht. Russ, Tom en Katherine zijn mijn belangrijkste leermeesters in het opbouwen van mijn theoretische kennis. Ik ben dit drietal eeuwig dankbaar. Katherine is trouwens tot vandaag nog steeds mijn coach en mentor, want persoonlijke ontwikkeling is een oneindig proces. Het moment dat je denkt dat je 'er bent', bewijst dat er werk aan de winkel is. Nederigheid is een mooie deugd. Behalve bij deze trainers volgde ik natuurlijk ook nog trainingen bij anderen onder wie Helen Palmer, Andrea Isaacs en Ginger Lapid Bogda. Al bij al heb ik ongeveer tweehonderd dagen opleiding gevolgd, meestal in Amerika. En toch beschouw ik dit maar als de helft van mijn leerschool. De constante toetsing van het model aan de praktijk gaf me een enorme verfijning en dieper begrip van de theorie. In 2008 gaf ik samen met een Waalse zakenpartner, Philippe Halin, de eerste Enneagramtraining voor Colruyt Group. Sindsdien zijn er meer dan tweeduizend medewerkers voor een opleiding over de negen basistypes van het Enneagram gepasseerd. Elk personeelslid kan maximaal acht dagen de Enneagramopleiding volgen en er bestaat ook nog een training 'Enneagram voor koppels'. Daarnaast begeleidde ik een aantal teams waarbij het model echt wel zijn waarde bewees. Behalve voor Colruyt Group organiseerde ik ook zelf Enneagramtrainingen en leidde ik mensen op om aan de slag te gaan met de gevalideerde Halin Premont Enneagram Indicator (HPEI)-vragenlijst. Behalve in de trainingen is het Enneagram ook altijd aanwezig in elke coaching, of het nu om een individuele sessie gaat of een begeleiding van een koppel. Het model heeft voor mij dubbel en dwars bewezen dat ik door het gebruik ervan een grote tijdwinst realiseer. Een ander effect is dat het altijd belicht wat de goede intentie is, zodat mensen milder naar zichzelf kunnen kijken en tegelijk toch hun ontwikkelingspad helder zien.

Zoals je leest, lag mijn focus zo sterk op het Enneagram dat ik er nooit toe gekomen ben om me intensief te verdiepen in andere modellen. De drang naar diversificatie was ook zoek. Ik had een model gevonden dat me bood wat ik zocht: een superhandleiding om vanuit mildheid mensen te begrijpen en hun ontwikkelingspad te belichten. Ik heb ook de Myers-Briggs Type Indicator (MBTI)-certificatie behaald, maar dit model greep me niet zo aan als het Enneagram. MBTI is zeker een waardevol model en ik zie het als een aanvulling. Alleen ligt MBTI mij gevoelsmatig minder dan het Enneagram.

Vanuit onze gedeelde passie voor het model richtte ik in 2013 samen met Marianne Requilé de Enneagramschool op om het model op een zo professioneel mogelijke manier in de markt te zetten. Een valkuil van het Enneagram is immers dat het simpel lijkt. In het begin denken mensen te snel dat ze het model onder de knie hebben. Het vergt echter jaren van studie en intense praktijkervaring voordat je alle lagen in het model kunt zien. Een andere voorwaarde om op een deskundige manier met het model te kunnen werken, is elke dag opnieuw je eigen persoonlijk werk te blijven doen.

Het Enneagram heeft mij persoonlijk erg veel gegeven, vooral de mildheid voor mezelf en anderen. Het geeft me zoveel rust nu die oordelen voor een heel groot deel weggefallen zijn. Achter elk gedrag zie ik een goede intentie, en dat maakt het veel makkelijker om anderen te vergeven. Daarbij besef ik ook dat elk irritant gedrag een verdediging is en dat ik dat dus niet als een persoonlijke aanval hoeft te interpreteren. Ik ontdek steeds meer wat het is om echt vrij te zijn. Hoe meer werk ik doe, hoe meer ik de toestand van 'Presence' of 'aanwezig zijn in het hier en nu' ervaar. Dat maakt het leven zoveel eenvoudiger en mooier. Ik geloof in persoonlijke verandering met behulp van het Enneagram. Ik weet hoe het voelt om in je verdedigingsmechanismen vast te zitten en geen uitweg te zien. En ik weet uit ervaring dat er een uitweg is, dat we allemaal een zeer gezonde versie van onszelf in ons hebben. Hoe meer we daarmee in contact komen, hoe gelukkiger we zijn en hoe meer we anderen inspireren. Het is puur een kwestie van bewustwording en daar wil ik anderen bij helpen. Vandaar dit boek. Jaren geleden suggereerde mijn eerste trainster Rita me om een boek te schrijven, maar ik weigerde. Ik wilde eerst nog veel meer weten en voelde aan dat ik er nog niet klaar voor was. Pas in december 2017 had ik het gevoel dat het moment gekomen was dat ik genoeg kennis en ervaring had om mijn visie op het Enneagram de wereld in te sturen.

Ik hoop dat jij als lezer wanneer je confronterende stukken leest in dit boek meer mildheid kunt ervaren voor jezelf en je omgeving. Ik nodig je uit om zo veel mogelijk in de schoenen te gaan staan van elk type waarover je leest. Dan besef je dat je precies hetzelfde als dit type zou doen, gewoon omdat je ervan overtuigd bent dat het dat is wat je moet doen. Om jou als lezer ook te laten proeven van de getuigenissen die we in de trainingen opvangen, heb ik een aantal medewerkers van Colruyt Group uitgenodigd om te beschrijven wat het Enneagram voor elk van hen heeft opgeleverd. Het was zo mooi om te merken dat de communicatiestijl van elk type zo duidelijk aan de oppervlakte komt. Iedereen heeft exact dezelfde vraag en opdracht gekregen en toch is

er in elke getuigenis een heel andere stijl te bespeuren. Ik heb dan ook mijn best gedaan om zo dicht mogelijk bij de originele versies te blijven, uit respect voor hun individuele bijdrage en wie zij zijn. Want uiteindelijk is dat ook een van de cadeaus die het model mij gegeven heeft: ik heb de schoonheid in elk van ons ontdekt, welk type of instinct we ook zijn. Ik hoop dat jij als lezer dat ook mag ontdekken.

Sandra De Clercq

Voorwoord

Dit boek neemt je mee in de wondere wereld van het Enneagram, waarin je een aantal getuigenissen kunt lezen van onder anderen collega's bij de Colruyt Group. Het zijn mooie getuigenissen over hun persoonlijke groei. Enneagram is een van de trainingen waar de afgelopen jaren meer dan tweeduizend van onze collega's aan deelnamen, als een ontdekkingsreis naar meer zelfinzicht.

We investeren bij Colruyt Group in persoonlijke-groeitrainingen, zoals Enneagram, vanuit ons streven dat onze medewerkers hun volle potentieel kunnen waarmaken. We zijn ervan overtuigd dat in de mate dat onze medewerkers in hun kracht staan, zij ook een zinvolle bijdrage leveren aan de realisatie van onze groepsmissie. Zij zijn het immers die ervoor zorgen dat onze klanten goed bediend worden. In de mate dat onze medewerkers kunnen groeien, zal ook onze firma groeien. En hoe beter je jezelf kent, hoe meer je ook in je talent staat, verbindingen aangaat en dus groeit.

Onze groeitrainingen reiken modellen en inzichten aan om beter naar jezelf te leren kijken. Niet om mensen te veranderen, maar juist om zichzelf beter te leren kennen en aanvaarden. Een model dat daarin absoluut zijn nut bewezen heeft is het Enneagram, een model gebaseerd op negen duidelijk omschreven persoonlijkheidstypes.

Medewerkers ontdekken hun eigen persoonlijkheidstype in de verschillende trainingen en verdiepingen. Zoals de getuigenissen in dit boek aangeven, is deze ontdekking vaak een herkenning of een aha-erlebnis. Medewerkers worden milder voor zichzelf en anderen. Het mooie aan het Enneagram is dat de uiteindelijke groei het overstijgen van het eigen persoonlijkheidstype inhoudt. Werken met het Enneagram betekent dat we ons bewust worden van onze automatische reacties die zijn gelinkt aan ons persoonlijkheidstype. Hoe meer bewustzijn, hoe meer vrijheid we ervaren in onze relaties en in onszelf.

Bij Colruyt Group zoeken we immers naar verbinding; met elkaar, met onze klanten en met onze omgeving, maar ook – en in de eerste plaats – met onszelf. We kunnen in onze relatie met de ander pas authentiek zijn wanneer we over voldoende zelfkennis beschikken. Dat vraagt moed. Vaak is het moeilijker om naar jezelf te kijken dan naar een ander. We stellen onszelf de vraag wie we zijn, waarvoor we staan, wat we belangrijk vinden. Alleen door aandacht te

hebben voor onze eigen intenties en behoeften, kunnen we zien met welke bril we naar de ander kijken.

Jezelf bewust zijn van je verwachtingen, vooroordelen of gevoeligheden en die ook bespreekbaar maken, is vaak de eerste en de belangrijkste stap om tot verbinding te komen.

Het Enneagram helpt daarbij omdat we kunnen putten uit een gemeenschappelijke taal, namelijk de taal van het Enneagram, de types, de instincten. Het Enneagram leert je de kracht en sterke kanten zien van elk persoonlijkheidstype en dat ieder van ons alles in zich heeft.

Kortom, zoals ik het persoonlijk ook zelf heb ervaren in de trainingen, het Enneagram leidt naar meer zelfbewustzijn als mens, geeft je een taal om dat ook woorden te geven om zo met mildheid in verbinding te gaan. Om dan vervolgens alle typering te overstijgen en elkaar als mens te ontmoeten en ontdekken.

Liesbeth Sabbe,
directeur Mens en Organisatie en Colruyt Group Academy
Colruyt Group

Het Enneagram als model

De illusie van grondige zelfkennis

Wat drijft jou?

Wat zijn de belangrijkste drijfveren in je leven?

Wat drijft je partner? Je kinderen?

Wanneer ik deze vragen stel aan klanten, zie ik ogen vol vraagtekens. Ze hebben geen flauw idee. Toch hoor ik mensen vaak beweren dat ze zichzelf goed kennen. Klopt dit wel? Hoe goed kennen we onszelf eigenlijk? Psychologisch onderzoek heeft aangetoond dat we onszelf minder goed kennen dan we denken. Zo is minder dan tien procent bewuste zelfkennis. Dit wil concreet zeggen dat we onszelf voor nog geen tien procent kennen!

Een grondige zelfkennis is dus een illusie. Laat staan dat we anderen zouden kunnen doorgronden. In realiteit zien we maar een heel beperkt stuk van onszelf en de ander. Dit is ook logisch omdat we de realiteit waarnemen door een lens, een soort van verrekijker. Het is alsof we focussen op een bepaald deel van de realiteit en hierdoor verliezen we het grootste deel uit het oog. Discussies over de waarheid zijn daardoor zelden zinvol. Dit fenomeen zie ik steeds weer wanneer ik met koppels werk. Elke partner heeft zijn eigen kijk op de gebeurtenissen. Vaak gaat de discussie over hoe de situatie werkelijk verlopen is en wie gelijk heeft. Mijn antwoord is dan altijd dat ze beiden gelijk hebben.

Rumi, een Perzische soefi en dichter, schreef een mooie parabel waarin een olifant in een donkere kamer staat. Verschillende mensen worden binnengeleid en mogen op de tast de kamer ontdekken. De ene gelooft dat er een slang in de kamer is omdat hij de slurf beetpakt, terwijl de andere aan een waaier denkt bij het voelen van het oor. Iemand anders denkt aan een troon omdat hij de rug voelt. Weer een andere persoon denkt dat er pilaren staan wanneer hij een poot voelt. Hun idee van wat er in de kamer aanwezig is, is dus puur gebaseerd op hun beperkte perceptie. Rumi wil de boodschap overbrengen dat er wel degelijk een waarheid bestaat, met name de olifant, maar de menselijke perceptie is te beperkt om deze vanzelf te zien. We hebben bewustzijn of licht nodig in deze parabel om de hele olifant te kunnen waarnemen.

We kunnen deze metafoer doortrekken naar ons dagelijks leven. We kunnen in een bepaalde situatie onmogelijk alles in ons opnemen. Onze zintuigen en ons brein zijn daarvoor veel te beperkt. Onze persoonlijkheid en de omstandigheden bepalen op welk deel van de realiteit of waarheid we ons focussen en kleuren deze realiteit door onze subjectieve interpretatie dan ook nog eens in. De kans is dus heel klein dat twee personen op hetzelfde stuk van de realiteit focussen en dit hetzelfde inkleuren. Beiden hebben gelijk: het is hun persoonlijke waarheid of hoe zij de situatie opgenomen en beleefd hebben. Als er licht in de kamer aangestoken zou worden, dan zouden alle personen zien dat het een olifant is. Het licht is in deze metafoer bewustzijn. Het Enneagram is een model dat ons een kader geeft om op een meer neutrale en volledige manier naar de realiteit te kijken. Het helpt ons bewust te worden van onze beperkte filtercapaciteiten en geeft ons meer licht om de waarheid te zien.

Niet alleen onze beperkte, subjectieve interpretatie van de realiteit maar ook het idee dat we onszelf en de ander kennen, creëert vaak misverstanden en conflicten. Een eerste probleem is dat we ons niet bewust zijn van ons eigen gedrag en de impact ervan op onze omgeving. We beschouwen ons eigen gedrag als 'normaal' en meten het gedrag van anderen daaraan af. Als zij iets anders doen (wat voor hen dan weer normaal is), interpreteren wij dat als 'niet normaal' en vaak als 'verkeerd'. Ten tweede begrijpen we niet wat de onderliggende drijfveer is van het gedrag van anderen. Hierdoor nemen we het gedrag van anderen veel te vaak te persoonlijk. We denken dat het tegen ons gericht is, terwijl het bijna nooit iets met ons te maken heeft. Denk bijvoorbeeld aan iemand die tegen ons zegt hoe we een taak op een betere manier kunnen aanpakken en ons op onze fouten wijst zonder dat we hierom gevraagd hebben. Dit kan de ene mens de indruk geven dat deze persoon hem minderwaardig inschat of als een klein kind behandelt. Voor een ander kan dit dan weer juist super zijn, want hij of zij zat te wachten op advies. De tweede persoon voelt zich misschien gewaardeerd in positieve zin.

Hoe we reageren is gebaseerd op het verhaal dat wij creëren wanneer we geconfronteerd worden met het corrigerend, terechtwijzend gedrag en zegt niets over de drijfveer van dat gedrag. Vaak gaat het om iemand die zich verantwoordelijk voelt om van de wereld een betere leefplek te maken door anderen te tonen hoe je de taak beter aanpakt. De intentie is dus zuiver. In de praktijk kan het echter bij sommige personen weerstand oproepen en tot een conflict leiden. Het kan ook onbewust oude emoties oproepen van iemand die ons het gevoel gaf dat we niet goed genoeg zijn. We reageren dan te heftig in verhouding tot wat er op dat moment gebeurt en zijn ons daar totaal niet van bewust.

Gelukkig zijn er persoonlijkheidsmodellen die ons helpen om toch iets meer zicht te krijgen op de onbewuste delen van onze persoonlijkheid. Het Enneagram is zo'n hulpmiddel dat focust op de onderliggende drijfveren van menselijk gedrag. Professor Delobbe van de universiteit in Louvain-la-Neuve toonde wetenschappelijk aan dat er inderdaad negen drijfveren bestaan voor ons menselijk gedrag (*HPEI Ennéagramme évolutif*, Nathalie Delobbe, Philippe Halin en Jacques Prémont, Presses Universitaires de Louvain). Dit betekent dat acht op de negen mensen een totaal andere motor in het leven hebben dan wijzelf. Het Enneagram maakt het mogelijk te ontdekken wat jou en anderen drijft. Hierdoor beseffen we dat we niet zomaar kunnen projecteren op anderen, hoewel dat voor ons heel normaal lijkt. Als we eenmaal beseffen dat niet iedereen hetzelfde stuk olifant heeft gevoeld, vervalt de frustratie en het oordeel dat de ander de realiteit niet op dezelfde manier bekijkt. Dan beseft je dat de discussie over je subjectieve ervaring irrelevant is. Dit biedt de kans om met een open, nieuwsgierige, neutrale houding elkaars realiteit te gaan ontdekken.

Een voorbeeld kan dit verduidelijken. Zo kan het voor een bepaald type mensen heel normaal zijn om hun mening onmiddellijk te uiten en hiervoor op te komen. De goede intentie is alle kaarten op tafel te leggen en het spel eerlijk en transparant te spelen. De onderliggende, onbewuste angst is dat je wordt gemanipuleerd omdat iemand geen open kaart speelt. Voor een ander type mensen is de eigen mening uiten enorm moeilijk omdat zij de lieve vrede in de groep willen bewaren en eerst willen ontdekken waar de gemeenschappelijkheden zitten. Ze willen verbondenheid creëren met de anderen. De onbewuste angst is dat zij het probleem zouden zijn, een conflict zouden creëren waardoor de verbondenheid doorbroken wordt. Dus zij zwijgen eerder en tasten eerst af wat de anderen ervan vinden. Dit gedrag kan bij het eerste type de indruk wekken dat ze zaken verbergen en dus manipulatief en niet te vertrouwen zijn. Toch is de drijfveer van het tweede type bijzonder mooi. Als mensen eenmaal weten wat hun eigen drijfveren zijn en die van de ander, ontstaat er ruimte om te bekijken wat ze kunnen leren van elkaar en hoe ze constructief met elkaar kunnen omgaan. Het oordeel valt weg en ze nemen het gedrag waaraan ze zich stoorden niet langer persoonlijk. Ze zien de goede intentie achter elkaars gedrag en dat komt de relatie ten goede. Dit is een feedback die steeds weer naar boven komt in coaching en training.

Wat we ook vaak horen, is dat het model een supersterke spiegel is. Het laat ons op een bewuste, neutralere manier naar ons eigen gedrag kijken. Dit gebeurt op verschillende manieren. Om dit duidelijk te maken, verwijzen we naar het joharivenster (zie figuur op pag. 15), een handig instrument om te

kijken naar communicatie, naar de manier waarop je jezelf presenteert en naar feedback. Het venster bestaat uit vier vakken die ingedeeld worden op basis van wat bekend is aan jezelf en aan anderen.

	bekend aan jezelf	bekend aan anderen
bekend aan anderen	VRIJE RUIMTE	BLINDE VLEK
onbekend aan anderen	VERBORGEN GEBIED	ONBEKENDE ZELF

Het joharivenster

De vrije ruimte is de bewuste zelfkennis. Dit is dus bekend aan de ander en jezelf. De blinde vlek is een heel interessant onderdeel omdat dit het stuk van onszelf is dat anderen wel zien maar wij niet. Een eerste aspect van deze blinde vlek is dat het Enneagram ons helpt om ons beter bewust te worden van onze sterktes. Bepaalde positieve kenmerken zijn voor onszelf zo vanzelfsprekend omdat ze aangeboren zijn. Ze kosten ons geen energie. Ze zijn er gewoon. We hebben dat talent nu eenmaal. Het Enneagram toont ons dat het ons uniek talent is en dat we dit dus niet automatisch ook van anderen kunnen verwachten.

Het confronterende aspect van deze blinde vlek is dat we ons ook bewust worden van de impact op anderen en hoe we onbewust vaak zelf gaan creëren wat we juist niet willen. Onze goede intentie is maar af en toe duidelijk voor anderen, waardoor ons gedrag verkeerd overkomt.

Zo is er bijvoorbeeld een type dat mensen graag helpt, de relatie wil versterken door zich behulpzaam op te stellen. Hun intenties zijn zo mooi en toch lopen ze het risico dat mensen op de vlucht slaan omdat ze ongevraagd advies geven of helpen. Als mensen zich bewust worden van hun onbewuste gedragspatronen, kan dit best pijnlijk zijn. We kunnen immers de ander niet langer verwijten dat situaties fout lopen. Het voordeel hiervan is echter dat we door de verantwoordelijkheid op ons te nemen, ook de mogelijkheid creëren om het gedragspatroon te veranderen. Zolang we zelf die verantwoordelijk-

heid niet nemen, zijn we afhankelijk van de reactie van de ander om iets te veranderen. Met ons is immers niets mis. Als we echter inzien dat we zelf boter op ons hoofd hebben, komt er een opportuniteit voor groei. We zien vaak in trainingen of coaching 'aha-momenten' wanneer mensen plotseling beseffen wat er gebeurd is in het verleden. Meer zicht krijgen op deze blinde vlek is een erg belangrijk proces in persoonlijke groei.

Het Joharivenster zegt dat we feedback nodig hebben om ons daarvan bewust te worden. Het Enneagram kan onmiddellijk voorspellen welke impact je zult hebben op elk ander type, wat de feedback van anderen minder noodzakelijk maakt. Die kan natuurlijk nog helpen. Alleen merken we in de praktijk dat de persoon die feedback geeft zich ook maar beperkt bewust is, waardoor een degelijk model een krachtig hulpmiddel is. Hoe meer ons zelfbewustzijn groeit, hoe kleiner de drang wordt om ons verborgen gebied in stand te houden. Er zullen natuurlijk altijd wel zaken blijven die we verbergen voor anderen en dat is helemaal oké. Toch kunnen we dit gebied ook afbouwen, omdat we aan de hand van een neutraal model de onderliggende drijfveer van ons gedrag kunnen toelichten. Als we leren mild te kijken naar ons eigen gedrag, hoeven we dit niet te verbergen. De schaamte valt weg omdat we onze goede intentie aan de ander kunnen toelichten. Zelfaanvaarding stimuleert openheid naar anderen toe, zowel over onze sterke als onze zwakke kanten. Het bewustzijn en de mildheid geven sleutels tot groei. Als we eenmaal onze gedragspatronen zien, kunnen we een keuze maken door hier bewuster mee om te gaan. Ten slotte is er nog een groot stuk onbekend, onbewust zelf dat we nooit zullen blootleggen. Elk individu blijft voor het grootste deel een uniek mysterie.

Een eeuwenoud model

'Enneagram' is afgeleid van de Griekse woorden *ennea*, wat 'negen' betekent, en *grafein*: schrijven. Het is dus samengevat een model dat negen types beschrijft die zijn gebaseerd op de onderliggende, diepere drijfveren. Over het ontstaan en de historiek van het model bestaan er verschillende hypothesen. Iedereen is het erover eens dat er zeer oude invloeden zijn en dat Oscar Ichazo de eerste psychiater was die het model psychologisch begon uit te werken. Hij stichtte de Arica-school, onderwees in Chili vanaf de jaren zestig van de vorige eeuw en verhuisde later naar de Verenigde Staten, waar hij nog steeds woont. Een van zijn belangrijkste leerlingen die ook nu nog een grote impact heeft, is Claudio Naranjo, een Chileense psychiater.