

## **Sich selbst erkennen, andere durchschauen – Die Typenlehre des Enneagramms**

Das Enneagramm ist eine Typenlehre, die vom Psychiater und Gestalttherapeuten Claudio Naranjo in ihrer heutigen Form entwickelt wurde. Sie dient dazu, eigene Charakterfixierungen und Blockaden aufzudecken und sich davon zu befreien. Mit erstaunlicher Treffsicherheit kann man die eigenen Muster erkennen und darüber hinausgehen.

Umgekehrt hilft diese Arbeit, entscheidende Charaktereigenschaften und Strategien von anderen Menschen zu erkennen und gut darauf zu reagieren. Das dient dazu, Beziehungen zu verbessern, gute Hilfestellungen zu geben, aber auch Manipulationsstrategien aufzudecken und sie kraftvoll abzuwehren. Durch dieses Wissen über uns und andere geben wir uns die Möglichkeit neu und freier zu reagieren.

Naranjo formulierte 9 Typen von Charakterfixierungen. Eine Fixierung beschreibt, welche Strategien wir haben, um uns unseren Problemen nicht stellen zu müssen, sei es durch Perfektion, zu starkes Helfen-Wollen, Trägheit, übertriebene Dominanz, Flucht in Traumwelten, zu starkem Realismus, ständigem Aktivismus, Fixierung auf Erfolg oder übertriebene Regelkonformität. Durch diese Strategien blockieren wir uns selbst und manipulieren andere. Die Auflösung führt unweigerlich zu mehr Lebendigkeit und Leichtigkeit im Leben.

### Das sind die konkreten Inhalte des Seminars:

Die 9 Typen menschlicher Charakterfixierungen kennenlernen

Den eigenen Grundtypus herausfinden

Die eigenen Strategien kennenlernen, wie man sich selbst belügt oder blockiert

Wege zur Befreiung aus den Fixierungen finden

Manipulationsstrategien anderer Typen kennenlernen

Richtiges Reagieren auf andere Typen