

Enneagramy jako odhalení traumata a projekcí získaných v dětství

- ❑ Každý člověk má nějaký hlavní rys, nějakou osu, kolem které se soustřeďuje jeho osobnost
- ❑ Tato fixace je generalizace obranného systému vytvořeného v dětství
- ❑ Tato fixace bývá většinou nevědomá, projevuje se v našich schématech jednání a prožívání
- ❑ Omezuje naše vnímání skutečnosti – filtry

Falešné já a jeho demontáž

- Enneagram odhaluje v prvním dětství vytvořené programy dosahování štěstí, které se v nás v různých variacích v závislosti na podmínkách vývoje zafixovaly a nyní nám překáží v dosažení plné zralosti.
- Pro přežití v křehkém období dětství byly tyto programy nutné. (Viz např. Th. Keating, 1996), ale také Mason, aj.)
- Apriorní hodnoty a scénáře či repertoáry chování z raného dětství jsou v osobnosti pevně zafixovány a vžity.
- Vědomí na vývojové úrovni mentálního jáství (viz Th. Keating, 1996) by nám v etapě racionálního myšlení mělo pomoci se s nimi vypořádat, přehodnotit je.
- Nově získané intelektuální způsobilosti – pokud na sobě nepracujeme – ovšem využíváme, abychom si odůvodnili, ospravedlnili či dokonce glorifikovali své emoční programy k dosahování štěstí a falešné kulturní hodnoty i k růstu falešného já, a to nám brání vnímat své skryté motivace.

- Je to naše podvědomí, naše předracionální emoční naprogramování z dětství a naše přemrštěná identifikace s určitou skupinou či skupinami, z nichž postupně vyrůstá a upevňuje se pseudoidentita – náš preformovaný kompenzační program sebeobran – a to je náš typ enneagramu.
- Vliv této pseudoidentity či falešného já zasahuje do všech oblastí našeho života a činností.
- Je to já vytvořené spíše k našemu obrazu, než k obrazu Božímu, jak říká Th. Keating.
- Sebeobrana vypracovaná ke zvládnutí emočních traumat raného dětství - falešné já - podněcuje osobnost k hledání štěstí v uspokojování tří klíčových potřeb našeho dětství: »přežití – zabezpečení«, »náklonnosti – ocenění« a »moci – ovládání«, a stává se základem sebehodnocení založeném na identifikaci s kulturou a referenční sociální skupinou.

- Falešné já je důsledkem přerůstání tří uvedených primárních (instinktivních) potřeb do podoby **motivačních center**, z nichž se odvozují témata našeho myšlení, pocitů a jednání – tedy schémata, či scénáře, které se stávají emočními programy k dosahování štěstí a jsou základem podtypů i typových komponent enneagramu.

Stručné popisy typů

Jaký jste typ?

VYJEDNAVAČSKÝ

Trpělivý, stálý, na své okolí působí zklidňujícím dojmem. Realitu však dokáže mnohdy vstřebat pouze s pomocí alkoholu, jídla nebo televize.

ŠÉFOVSKÝ

Autoritářský, bojovný, vždy se snaží ujmout se vedení, má sklon k protektorství a nesmírně rád dokazuje „kdo s koho“.

EPIKUREJSKÝ

Podléhá smyslovým požitkům a vjemům, má veselou povahu se sklonem k dětským reakcím, nerad se však k čemukoli váže.

SKEPTICKÝ

Neustále ho sužují pochybnosti, je však loajální a vždy je připraven vnímat známky hrozícího nebezpečí.

POZOROVATELSKÝ

Emočně odtažitý, obtížně se sbližuje, nedovede dávat najevo city, potrpí si na chráněné soukromí.

PERFEKCIONISTICKÝ

Svědomitý, racionální, kritický a nepružný.

ŠTĚDRÝ

Má schopnost empatie, může však být i vtíravý a chtít manipulovat s jinými.

VÝKONNÝ

Soutěživý, úspěšný, posedlý vlastní image.

ROMANTICKÝ

Tvůrčí se sklonem k melancholii, láká ho nedosažitelné.



Co ukazují šipky (podle jejich orientace)

✓ **Chování v pohodě**

Když se nám daří uskutečňovat naše plány, když nejsme blokováni překážkami, projevujeme se způsobem, který odpovídá typu, k němuž míří šipka / od něhož míří šipka k nám.

✓ **Chování ve stresu**

Když narážíme na překážky, když musíme překonávat odpor, prožíváme-li neúspěchy, začneme se chovat jako typ, od něhož míří šipka k nám / k němuž míří šipka.

Křídla

- ✓ Každý typ má dvě křídla – dva nejbližší typy po obou stranách diagramu.
- ✓ Křídla mohou mít vliv na ‚modus operandi‘ – na způsoby, jakým se náš základní typ projevuje.

Tak např. 6 se někdy může projevovat jako 5 – větší uzavřeností, nebo jako 7 – hravě a nezávazně.

Základní přesvědčení - 1

Hlavní princip, který jsme zapomněli:

- 1. Všichni tvoříme jeden celek a jsme dokonalí takoví, jací jsme.**
- 2. Každý dostává bez podmínek vše, co potřebuje.**
- 3. Všechno přirozeně plyne tak, jak má.**
- 4. Každý člověk má hluboké spojení se všemi a se vším kolem sebe.**

Čemu místo toho věříme:

Lidé nejsou přijímáni takoví, jací jsou. Očekává se od nich dobré chování, které se odměňuje, zatímco špatné chování a myšlenky se odsuzují a trestají.

Aby člověk mohl dostávat, musí nejprve sám dát.

Všechno závisí na našem úsilí. Lidé jsou oceňováni za to, co dělají, a ne za to, že jsou sami sebou.

Lidé zažívají bolestnou ztrátu svého původního spojení, cítí se odmítáni a pocít'ují, že jim něco důležitého schází.

Základní přesvědčení - 2

Hlavní princip, který jsme zapomněli:

5. Každý může čerpat z neomezeného zdroje vědění energie.
6. Všichni se rodíme s důvěrou v sebe, ve druhé a ve svět
7. Život je plný příležitostí, které můžeme prožívat svobodně a naplno.
8. Všichni jsme na počátku čistí a bez viny. Každý má smysl pro pravdu.
9. Každý z nás může prožívat bezpodmínečnou lásku a jednotu.

Čemu místo toho věříme:

Svět od člověka mnoho očekává, ale příliš málo nabízí.

Svět je ohrožující a nebezpečný a lidé si nemohou věřit

Svět lidi omezuje a frustruje, očekává od nich úsilí a způsobuje jim problémy.

Svět je nespravedlivý a zlý. Silní zneužívají nevinné

Bezvýznamnost člověka ve světě jej nutí být v davu, což s sebou nese pocit bezpečí a sounáležitosti.

Vzhledem ke své životní strategii zaměřuje pozornost na:

1. **Dobro a zlo, zejména všechno, co není správně a dá se nějak zlepšit či napravit. Srovnávání správnosti a špatnosti svého chování a chování druhých lidí. Sebekritiku a kritiku mé osoby ostatními.**
2. **Potřeby a přání druhých, zejména těch, které mám rád a stojím o jejich lásku. Vztahy. Nálady a pocity ostatních.**
3. **Vše, co je třeba splnit: cíle, úkoly, budoucí úspěchy. Efektivní řešení, snahu být nejlepší.**
4. **Všechno pozitivní a žádoucí v minulosti a v budoucnosti. To, co je vzdálené a těžko dosažitelné, po čem toužím. Příjemné a působivé věci, symboly.**
5. **Oblast intelektu. Fakta. Analytické myšlení a škatulkování. Přílišnou důvěrnost a požadavky na mou osobu.**
6. **Vše, co může špatně dopadnout nebo být nebezpečné. Potenciální léčky, potíže, nesrovnalosti. Výsledky, závěry a skryté významy.**
7. **Zajímavé, příjemné a neobvyklé myšlenky, plány, možnosti, projekty. Propojení a vzájemné vztahy různých oblastí vědění. Vše, na co mám chuť.**
8. **Moc a kontrolu. Spravedlnost a nespravedlnost. Klam a manipulaci. Princip „všechno, nebo nic“. Všechno, co vyžaduje okamžité jednání.**
9. **Zájmy, požadavky a přání druhých. Jakékoli podněty z okolí, které se snaží upoutat pozornost.**

Energii vkládá do snahy (1)

- 1. Dodržovat správné postupy. Být čestný a bezúhonný. Plnit kladené požadavky. Být zodpovědný a soběstačný. Potlačovat vlastní přání a přirozené potřeby**
- 2. Vycítit potřeby druhých lidí a udělat jim radost. Zažívat dobrý pocit z toho, že dokážu uspokojit potřeby druhých. Vytvářet pohodu. Získat přátelství a vděčnost ostatních. Mít romantické vztahy.**
- 3. Pracovat rychle a efektivně. Být stále aktivní a vytížený. Soutěžit. Dobývat slávu a dobrou pověst. Využít cokoli, co vede k úspěchu. Dobře se prezentovat a dbát o svůj vzhled.**
- 4. Intenzivních prožitků rozervanosti a touhy po tom, co mi v životě schází. Hledání lásky, smyslu a naplnění prostřednictvím svého sebevyjádření a hlubokého spojení. Do snahy být jedinečný.**
- 5. Nezaújatého pozorování z ústraní. Získávání detailních znalostí o věcech, které mne zajímají. Analyzování a přemýšlení dopředu. Potlačování a omezování pocitů. Zaujatosti sebou samým. Odtahitosti a uzavřenosti. Udržování dostatečného soukromí, hranic a limitu.**

Energii vkládá do snahy (2)

- 6. Pochybování, testování a hledání skrytých významů. Logického analyzování věcí. Role „d'áblova advokáta". Ambivalentního vztahu k autoritě. Demontrace síly. Získávání jistoty skrze náklonnost druhých, loajalitu vůči nim a věnování se těm, kteří jsou pro mě důležití.**
- 7. Užívání si a prožívání život naplno. Mít stále otevřené možnosti a příjemný život. Mít živé fantazie. Být oblíbený (půvabný a odzbrojující). Udržovat si privilegované postavení.**
- 8. Kontroly a vlády nad svým prostorem i nad lidmi a věcmi, které se v něm nacházejí. Přímých akcí a čeleních konfliktů. Ochrany slabých a nevinných. Získávání respektu svou silou a spravedlivostí.**
- 9. Být vnímavý k ostatním a dělat jim radost. Žít bezpečný a klidný život. Mít v životě strukturu a rutinu, tak aby byl předvídatelný. Udržovat kolem sebe harmonii a mír. Potlačovat hněv. Věnovat se snad nepodstatným, ale bezpečným věcem, raději než těm, které jsou důležitější, ale mohly by způsobit nějaké problémy.**

Závěr

- ❑ Cílem představení koncepce enneagramu je snaha ukázat staronovou teorii poznání a sebepoznání osobnosti, která může sloužit k práci na sobě a k rozvíjení sociální kultury osobnosti ke zlepšení vztahů s lidmi.
- ❑ Enneagram je třeba chápat jako systém center určitých stylů prožívání a jednání, ale rozhodně ne jako ‚klece‘, do nichž sebe nebo své bližní jednou pro vždy uzavřeme.