

Het Enneagram:

Persoonlijke ontwikkeling. Tal van mensen zijn er mee in de weer. Ze lezen er boeken over, schrijven hele werkschriften vol, doen een workshop of volgen een training. Daarbij ontdekken ze allerlei aspecten over zichzelf die bepalend zijn voor wie ze zijn en de keuzes die ze maken. Om meer over uzelf te weten te komen kunt u behalve van boeken, ook gebruik maken van andere instrumenten: het enneagram bijvoorbeeld.

Het enneagram is een eeuwenoud spiritueel ontwikkelingsmodel. Het beschrijft negen persoonlijkheidstypen en hun onderlinge interacties. De negen typen hebben namen als *de Leider*, *de Bemiddelaar*, *de Winnaar* of *de Loyalist*. Ze verschillen in de kwaliteiten die ze hebben, maar ook in wat ze nastreven, waar ze hun aandacht op richten en wat ze vermijden. Elk type heeft zijn eigen strategie om succes te hebben, maar brengt ook belemmeringen met zich mee. Rita van der Weck-Capitein is deskundige op dit gebied. Zij heeft sinds 20 jaar een eigen trainings- en adviesbureau. Zij zet het enneagram in bij managementtrainingen, coaching, teambuilding, werving & selectie en reorganisaties. Rita van der Weck-Capitein heeft diverse boeken over het onderwerp geschreven en *het Enneagramspel* gemaakt.

De kracht van het enneagram

Rita van der Weck-Capitein over het enneagram: 'De kracht van het enneagram ligt in het groeiende zelfinzicht en inzicht in anderen. Het resultaat is dat we beter gebruik kunnen maken van onze kwaliteiten en talenten. Bovendien kunnen we dankzij het enneagram effectiever en succesvoller met anderen omgaan door in te spelen op hun type. In eerste instantie lijkt het alsof het enneagram je in een hokje van een type duwt. Toch merk je - wanneer je je verdiept in het model - dat het tegendeel gebeurt. De lijnen van het enneagram verbinden de typen met elkaar en laten ontwikkelingswegen zien om los te komen van ingesleten patronen.'

Bewust worden

Mensen weten van zichzelf al vaak niet welk enneagramtype ze zijn. Laat staan van iemand anders. Als je met iemand samenwerkt, kun je hem wel een aantal eigenschappen toeschrijven, maar hoe weet je nu of dat klopt? Van der Weck-Capitein: 'Dat weet je inderdaad niet. Waar je wel op kunt letten, is wat je opvalt. Is iemand bijvoorbeeld gedreven om de dingen goed te doen of is het iemand die altijd voor anderen klaarstaat? Je leert door iemands gedrag heen kijken waardoor patronen helder worden. Eigenlijk gaat het er niet

Breng je enneagramtype in kaart

Dit kaartspel helpt u op een leuke manier uw enneagramtype letterlijk in kaart te brengen. Aan de hand van kaarten met stellingen, beschrijvingen en sfeerbeelden ontdekt u met welk enneagramtype u de meeste overeenkomsten hebt. En wanneer u weet in welke type u zich het meest kunt vinden, krijgt u meer zicht op uzelf. U ontdekt nieuwe ontplooiingsmogelijkheden en talenten waarmee u andere kanten van uzelf kunt ontsluiten. U kunt het kaartspel gebruiken om meer over uw type te weten te komen en de uitkomst zien als een startpunt om uw persoonlijkheid te verkennen.

meer dan cijfers en etiketjes

zo zeer om iemand een enneagramtype te geven, maar je gewoon bewuster te worden van reacties en patronen.'

Verandering

Tegenwoordig hoor je vaak dat je juist dicht bij jezelf moet blijven, authentiek moet zijn. Bestaat het gevaar niet dat je tijdens je zoektocht langs de verschillende typen allerlei eigenschappen gaat ontwikkelen die eigenlijk niet bij je passen? Volgens Rita Van der Weck-Capitein valt dat wel mee: 'Eigenschappen in jezelf ontwikkelen die je niet wilt, heeft natuurlijk niet veel zin. Waarom zou je? Maar wanneer je bepaalde eigenschappen kunt ontwikkelen waardoor je flexibeler en bewuster in het leven staat, waarom niet? Wanneer je bijvoorbeeld altijd maar klaar staat voor een ander en jezelf vergeet, is het goed om soms nee te zeggen tegen een ander en te doen wat je zelf wilt. Het enneagram beschrijft gewoonten. Iedereen heeft gewoonten. Je bent niet je gewoonte, het is iets wat je doet. Je kunt gewoonten veranderen. Als je dat doet, wordt je persoonlijkheid niet vernietigd, hoewel het je werkelijkheid wel op de een of andere manier verandert.' Goed, op een gegeven moment ben je erachter met welk type je de meeste overeenkomsten hebt, dan dient zich onvermijdelijk de vraag aan hoe je verder te werk kunt gaan als je

daadwerkelijk iets wilt veranderen of aanpakken. Van der Weck-Capitein zegt hierover: 'Kijk welke groeimogelijkheden het meeste opleveren en het beste bij je passen. Het enneagram geeft de richting aan. De concrete actiepunten en hoe je je patronen gaat doorbreken bepaal je zelf.' ■

Het enneagram aan het werk

Deze waaier beschrijft de motivaties van de negen typen, en is speciaal ontwikkeld voor teams. Reageren mensen zoals u verwacht? Wat triggert irritaties en wat gebeurt er dan weer bij anderen? Hoe is de samenstelling van het team? Met deze teamwaaier krijgt u meer zicht op hoe de negen typen samenwerken, communiceren en op elkaar reageren. Ook wordt u met vragen uitgedaagd om na te denken over onderlinge patronen en hoe ieder met zijn kwaliteiten tot zijn recht komt.

Eigenlijk is dat wat Rita van der Weck-Capitein bedoelt: 'Het gaat er niet om mensen in een hokje te stoppen of een etiket op te plakken. Gebruik het enneagram als een model om het gesprek met jezelf en de ander aan te gaan.'



Breng je enneagramtype in kaart (spel)
Rita van der Weck-Capitein
spel met 108 kaarten en uitgebreide hand-
leiding met informatie over het enneagram
€ 17,50
ISBN 90 5871 000 9



Het Enneagramspel
Rita van der Weck-Capitein
spel met 99 kaarten en een brochure
€ 35,00
ISBN 90 5871 294 X



Het enneagram aan het werk
Rita van der Weck-Capitein
waaier met 25 kaarten
€ 15,00
ISBN 90 5871 386 5