

Kolory enneagramu

Uważne słuchanie

**Trójkąt dramatyczny
a analiza transakcyjna**

Kolory Enneagramu

Kalejdoskop enneagramowych typów osobowości, czyli o kojarzeniu enneatypów z symboliką kolorów.

W książce „Enneagram, Dziewięć typów osobowości” Richard Rohr i Andreas Ebert każdemu z enneatypów przypisują symbolizujący go kolor. Jego archetyp odzwierciedla cechy charakterystyczne większości przedstawicieli danego typu. W artykule tym postaram się przedstawić znaczenie każdego z nich, nawiązując do mitologii, skojarzeń i powszechnego ich znaczenia.

Jedynka (srebro)

„Niech zostanie oddzielony od srebra spieniony żużel, a całe wyjdzie oczyszczone.”

Pismo Święte, Księga Przysłów 25, 4.

Dlaczego srebro? Z jakich powodów akurat ten kolor? Przecież Jedynki, w swojej drodze do perfekcyjności, mogą kojarzyć nam się z bielą - są prawie nieskazitelne. Właśnie - prawie...

W swojej chęci dążenia do perfekcji są nieustępliwe, co może być pożyteczne jako wada lub zaleta. Jednak tym, czym zwracają na siebie uwagę, jest sam upór w dążeniu do celu. To właśnie cecha barwy

srebrnej - symbolu pragnienia osiągnięcia celu. Nie bez powodu takiego właśnie koloru są medale za drugie miejsca w dyscyplinach sportowych i innych formach rywalizacji. Medal ten ma symbolizować niewystarczający wysiłek w osiąganiu perfekcji. Srebro patrzy na osiągnięcia Jedyńki i szepce: „Stać cię na więcej.”. Osiągnięcie celu kosztuje reprezentantów tego typu wiele wyrzeczeń. Jest to kolejna cecha, jaką odnajdujemy w tej barwie. Oprócz tego powszechnie pojmujemy ją jako symbol czystości i sprawiedliwości. Tak właśnie - to kolejna cecha, która wyróżnia ten typ. Jedyńka niczego nie pragnie tak, jak Perfekcji i Sprawiedliwości. Obie cechy może manifestować na różne sposoby. Wszystko zależy od wariantów instynktownych, każdej z osobna.

Symbolika srebra jako metalu posiada również wiele cech jedyńkowych. Silne działanie metalicznego srebra: antybakteryjne, przeciwgrzybicze, stosowane jest w medycynie (np. narzędzia chirurgiczne są pokryte srebrem).

Starożytne cywilizacje nadawały temu kruszczowi najrozmaitsze znaczenia, jednak powszechna na wielu szerokościach geograficznych jest symbolika boskości. Egipcjanie wierzyli, że kości Bogów są zrobione ze srebra. Kosmogonia Grecka wspomina o Wiekach Srebrnych w Grecji jako czasie nauki i dążenia do ideału, który utracili. Najbardziej powiązane z tym enneatypem wydają się podania mówiące o budulcu Walhalli - mitycznego miejsca z mitologii nordyckiej. Walhalla miała być cała zrobiona ze srebra, a jej dach miały tworzyć tarcze. Do pałacu trafiali jedynie wojownicy, którzy udowodnili swoją odwagę, stając do walki i ginąc na polu bitwy. Jedynie tacy mogli przekroczyć próg i być powitani przez Boga Bragiego.

*Jedyńki, w swojej drodze
do perfekcyjności, mogą
kojarzyć nam się z bielą – są
prawie nieskazitelne. Wła-
śnie - prawie...*

Od wielu wieków srebra używa się do walki ze złymi mocami. W poda-
niach ludowych jedynie tym kruszczem można było zranić rozmaite po-
twory lub sprawić, że zaklęty wcześniej w monstrum, z powrotem prze-
mieniał się w człowieka.

Cała symbolika tej barwy, jak również metalu, oddaje charakter typu
Jeden, którego dążenie do perfekcji i ustalonego ideału oraz walka ze
złem współgra z powszechnymi cechami Srebra. Niestety również tymi,
które kojarzą nam się negatywnie. Mimo że Walhalla jest tylko krainą
mityczną, to nadmierny perfekcjonizm nie przybliży Jedyńki do przekro-
czenia jej progu, nawet jeżeli znajduje się tylko w jej wnętrzu. Dostosow-
anie swojej wizji do modelu rzeczywistości przybliży bardziej do ideału
tak, że niejedna Jedyńka może być zaskoczona efektem.

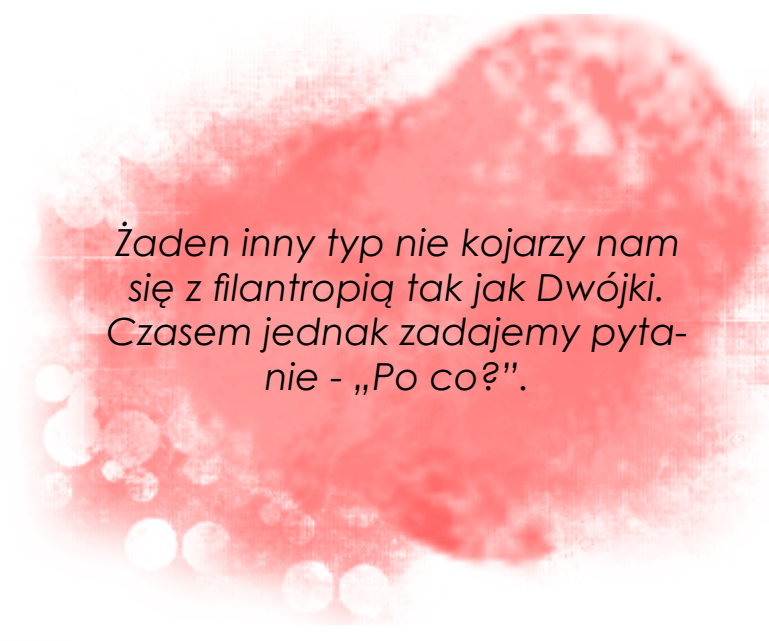
Dwójka (czerwień)

„Kolor czerwony sprawia, że dziewczyna, czuje się kobietą.”

Anonim

Przyporządkowanie typowi Drugiemu czerwieni wydaje się naturalne,
gdy spojrzy się na symbolikę tego typu. Ta ciepła barwa kojarzy się lu-
dziom z miłością, seksem, pożądaniem, pięknem i siłami witalnymi.

Powszechnie kolor ten budzi bardzo pozytywnie skojarzenia. Widnieje
przecież na emblematkach i znakach wielu organizacji charytatywnych
takich jak Caritas Polska, czy Ruch Czerwonego Krzyża. Żaden inny typ
nie kojarzy nam się z filantropią tak jak Dwójki. Czasem jednak zadaje-
my pytanie - „Po co?”. Po co wiele Dwójek pragnie pomagać innym?



*Żaden inny typ nie kojarzy nam
się z filantropią tak jak Dwójki.
Czasem jednak zadajemy pyta-
nie - „Po co?”.*

Niestety bardzo rzadko z altruistycznych pobudek, a częściej z tych egoistycznych, choć niewielu przedstawicieli tego typu potrafi się do tego przyznać przed samym sobą. Dwójka należy do Triady Uczuć, więc głównym czynnikiem decydującym o jej motywach i decyzjach jest wstyd przed byciem nieakceptowanym. Podczas gdy Trójka obsługuje wstyd w sposób prosty (zdobywając uznanie), a Czwórka radzi sobie z nim wewnętrznie (pozornie odrzucając pragnienie uznania, celebrując własny indywidualizm), Dwójka radzi sobie ze wstydem wchodząc w relacje interpersonalne. Próbuje ona zyskać uznanie w oczach innych, stając się potrzebną lub niezastąpioną dla kogoś, kto owej akceptacji może jej udzielić. Ponieważ Dwójka robi to niesamowicie umiejętnie, czarując swoim urokiem i uległością, zazwyczaj osiąga to, na czym jej zależy. Nic, tylko zaczerwienić się ze wstydu...

Kulturowe i historyczne znaczenia czerwieni są bardzo różne, a czasem wręcz przeciwstawne. Są jednak symbole występujące w każdej kulturze, które pasują do tego enneotypu. Należy do nich pierwiastek skrajnie żeński (pod postacią Afrodyty) lub skrajnie męski (archetypem jest Ares lub Eros). Ciężko odmówić Dwójkom magnetyzmu, którym potrafią do siebie przyciągnąć tych, których pragną, oferując w zamian swoje wdzięki lub umiejętności (które wcale nie muszą być związane z fizycznym zaspokojeniem). Porywczy mężczyzna o typie macho, który chce zdobyć uznanie w oczach kobiety, może zastosować metody, przez które może zostać pomyłony z Ósemką. Może wyrażać się hardo, pokazywać gotowość do walki, być porywczy, przez co niemal zyskuje oblicze greckiego boga wojny. Jednak w przeciwieństwie do Ósemki, która zachowuje się stanowczo z natury, Dwójka pozuje w konkretnym celu. Podobny mechanizm działania prezentuje uwodzicielska kobieta. Pod płaszczem własnej uległości i powabu skrywa własny wstyd, może dowolnie manipulować tym, kto w jej mniemaniu sprawi, że zyska prestiż.



*Dwójka pod płaszczem
uległości i powabu skrywa
własny wstyd.*

Nie tylko w mitologii starożytnych Greków odnajdujemy ten archetyp. Zhu Que, jeden ze strażników nieba w mitologii chińskiej, jest ptakiem czerwonej barwy, który symbolizuje południe, cesarzową, ogień i żeński pierwiastek yin. Najbardziej oczywistym skojarzeniem z barwą czerwoną jest Miłość. Jest to kolor chóru Serafinów - Aniołów przepełnionych miłością i wielbieniem. Dwójka musi sobie uświadomić, że prawdziwa miłość jest bezinteresowna, altruistyczna i nie polega na wymianie własnych atutów.

Trójka (jasny żółty)

„- Żółty trzyma się najmarniej,

Żółty jest na zazdrość chory.”

Jan Brzechwa, Kolory.

Trójki są z natury aktywne, czerpiące z życia pełnymi garściami, optymistyczne i wierzące w swoje możliwości. Nie dziwi więc fakt przypisania temu typowi koloru żółtego. Sam wpływ tego koloru na fizjologię człowieka (przyspieszenie tętna i szybkości oddychania) pokazuje temperament Zdobywców. Ogólne skojarzenia ze słonecznym blaskiem, optymizmem i radością zdają się potwierdzać trafny wybór Eberta i Rohra.

Prócz ogólnego zarysu symboliki tej barwy, odnajdujemy ją na znakach informacyjnych, wszelakich ulotkach, reklamach i infografikach. To potężna moc przyciągania uwagi koloru żółtego ukazuje rozmaite informacje wyrażone przy jego pomocy. Żaden inny typ nie ma takiej mocy reklamowania siebie jak Trójka. Nie potrafi tak zwracać uwagi na swoje atuty. Jeżeli połączymy to z przekazem informacji, komunikacją, otwar-

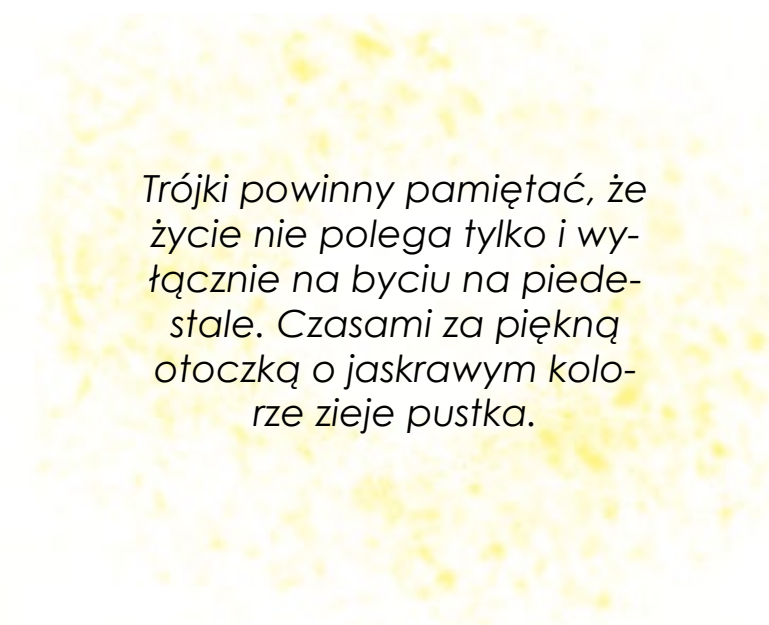
Moc przyciągania uwagi koloru żółtego ukazuje rozmaite informacje wyrażone przy jego pomocy. Żaden inny typ nie ma takiej mocy reklamowania siebie jak Trójka.

tością i „hurra optymizmem”, otrzymamy to, z czym pozytywnie kojarzy nam się Trójka. Keep Smiling!

Z kolei niezdrowe Trójki są dwulicowe, fałszywe, zdradliwe, puszczące się, zazdrosne i zawistne. Symbolika żółtej barwy pasuje również do tych skojarzeń. Jednak te znaczenia nie są tak oczywiste w świadomości ludzkiej, a mają korzenie w sztuce i historii. W średniowieczu zaczęto żółty kolor łączyć z fałszem i zdradą. Judasza na rozmaitych obrazach przedstawiano w żółtych szatach. Jednoznacznie żółtemu przypięto łatkę koloru złych zamiarów i bezwstydu. Warto wiedzieć, że barwą tą naznaczano szaty prostytutek we Włoszech. W innych zakątkach Europy nie było inaczej. Pod koniec pierwszego tysiąclecia n.e. we Francji drzwi zdrajców również malowano tym kolorem. Hitlerowcy do tej symboliki odwoływali się bezpośrednio, wydając Żydom rozporządzenia nakazujące nosić opaskę z gwiazdą Dawida w tym kolorze. W Siedmiogrodzie, powszechnie znanym pod nazwą Transylwania, żółty był kolorem, jaki przywdziewały mężatki, by wzbudzać szacunek społeczności.

Nie można jednak zapomnieć, że Trójki to często osoby wykształcone i inteligentne, a i takie skojarzenia są powiązane z tym kolorem. W malarstwie sakralnym, świętych chrześcijańskich przedstawia się z aureolą w tym właśnie kolorze, będącym oznaką mądrości i inteligencji. Na kontynencie Azjatyckim, w Chinach żółty uważany jest za barwę Cesarza – symbol niezależności i mądrości.

Trójki powinny pamiętać, że życie nie polega tylko i wyłącznie na byciu na piedestale. Czasami za piękną otoczką o jaskrawym kolorze ziele pustka. Nie zapełni jej nawet osiągnięcie wszystkich nagród i zaszczytów świata, jeżeli dzieje się to kosztem innych. Odnalezienie swojego prawdziwego Ja jest ważniejsze niż podziw otoczenia.



Trójki powinny pamiętać, że życie nie polega tylko i wyłącznie na byciu na piedestale. Czasami za piękną otoczką o jaskrawym kolorze ziele pustka.

Czwórka (jasny fiolet, kolor kwiatu Malwy)

„Oto jest fiolet - drzewa cień idący żwirem,

fiolet łączący miłość czerwieni z szafirem.”

Maria Pawlikowska-Jasnorzewska, Barwy.

W przypadku Czwórki mamy do czynienia z sytuacją wyjątkową (czy mogłoby być inaczej?). Twórcy książki „Enneagram, Dziewięć typów osobowości”, Richard Rohr i Andreas Ebert, bardzo dokładnie określają barwę, która ma być archetypem tego enneotypu. Nie jest to dowolny fiolet, tylko jasny, a dokładniej kolor kwiatu malwy. Dlaczego nie np. fiołków? W religii chrześcijańskiej kwiat malwy symbolizuje boleść i prośbę o wybaczenie, a czasami również mękę Mesjasza. Tutaj sytuacja ponownie się komplikuje, ponieważ omawiana barwa jest bardzo wyjątkowa, z pogranicza fioletu i różu. Z tego właśnie powodu nie sposób ograniczyć się tylko do symboliki jasnego fioletu (tak jak i do samego kwiatu malwy). Trzeba rozszerzyć ją do ogólnego pojęcia fioletu. Na szczęście, skojarzenia tego koloru wspaniale pasują do enneotypu Cztery.

Fiolet symbolizuje tajemnicę, uduchowanie, kontemplację nad sensem egzystencji i wewnętrzny konflikt. Podobnie jak niebieski, oddziałuje na nas zwalniając szybkość oddychania i tętno. Oznacza także elegancję i szlachetność z nią związaną, a ponieważ trudno odmówić Czwórkom wysublimowania i gustu, tych cech nie można pominąć.

Barwa ta ma również odmienną stronę - tę mroczną, z której słyną Czwórki. Chodzi o ich skłonność do skrajnego pesymizmu. Trzeba więc wiedzieć, że w imperialnej Anglii była to jedyna barwa, na którą można było sobie pozwolić, dopełniając wszechobecną czerń i szarość na uro-



*Kwiat malwy symbolizuje
boleść i prośbę o wyba-
czenie, a czasami również
mękę Mesjasza.*

czystościach żałobnych (ciężko nie dopatrzeć się tutaj czwórkowego spojrzenia na świat). Z tego powodu w Anglii (czy kulturze anglosaskiej) była uważana za barwę ponurą. Fiolet jest również barwą żałobną, którą przywdziewają wdowy w Tajlandii.

Niekonsekwentne byłoby jednak uznanie, że pesymizm Czwórek musi wiązać się z jego pasywnym zwalczaniem. Przecież często osoby tego typu są bardzo aktywne, wyrażające siebie na wiele sposobów - artystycznie, mistycznie, niejednokrotnie bardzo buntowniczo. W latach 60. XX w. fiolet stał się symbolem buntu, wolności, młodości i prowokacji. Pewnie nie mnie jedynemu przejdzie przez myśl, że stała za tym jakaś Czwórka...

Archetyp fioleto zdecydowanie lepiej i dokładniej przybliży nam osobowość Czwórki niż barwa kwiatu malwy. Warto również w tym momencie powiedzieć, że ta roślina to nie tylko symbol boleści, ale również powrotu do źródeł, symbol wiosny i wsi. Czy nie tego brakuje Czwórkom? Akceptacji, prostoty życia, świadomości, że szczęście leży na wprost nich i nie muszą niczego zmieniać. Wystarczy szczery śmiech z trzewi i łąka pełna kwiatów.

Kwiat malwy to nie tylko symbol boleści, ale również powrotu do źródeł, symbol wiosny i wsi. Czy nie tego brakuje Czwórkom? Akceptacji, prostoty życia, świadomości, że szczęście leży na wprost nich i nie muszą niczego zmieniać.

Piątka (niebieski)

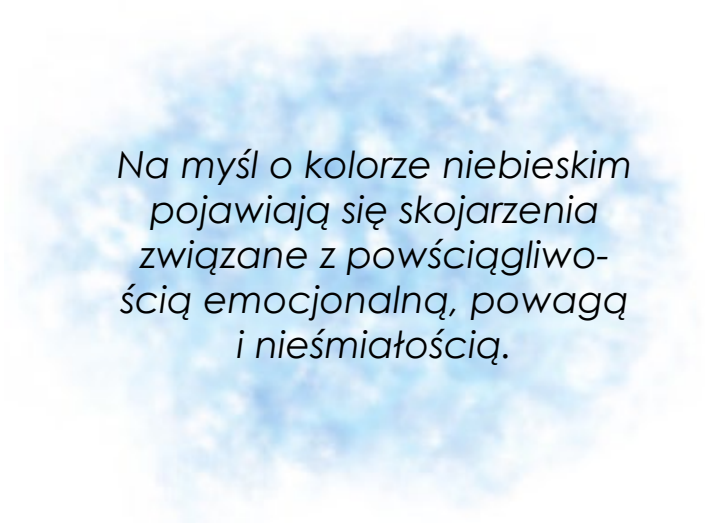
„Rzekł niebieski: Słów mi szkoda.

Każdy z czasem wypłowieje.”

Jan Brzechwa, Kolory.

Niebieski ma bardzo bogatą symbolikę. Istnieje również wiele nawiązań kulturowych i etnicznych do tego koloru. Nietrudno odnaleźć skojarzenia, które łączą się z wizerunkiem przedstawiciela typu Piątego. Kolor niebieski jest barwą najchłodniejszą. Oczywiście nieprawdziwym jest stwierdzenie, że każda Piątka jest nieczuła i obmierzła, jednak zdecydowana większość z nich izoluje się i dystansuje od wielu spraw oraz wydarzeń. Pozostałe enneatypy mogą takie postępowanie interpretować jako wyniosłość i chłód.

Na myśl o kolorze niebieskim pojawiają się skojarzenia związane z powściągliwością emocjonalną, powagą i nieśmiałością. Błędnym byłoby jednak myślenie, że każda Piątka taka właśnie jest. Ich stoicki spokój sprawia, że niemal wizualizujemy sobie wokół nich aurę barwy błękitu, bowiem kolor ten stymuluje nasz mózg do produkcji noradrenaliny – hormonu, który nas wycisza i uspokaja. Ogrom nieba i oceanów (archetypowej barwy Piątek) przywodzi nieraz na myśl ich spostrzeżenia – równie głębokie i o wielu kontekstach. Niestety czasem przesadzone. Prowadzi to do popadania Piątek w stan melancholii, zdystansowania, zdziwaczenia i izolacji. Skojarzenia związane z takimi cechami również odnajdujemy wśród symboli barwy niebieskiej. Angielskie powiedzenia: „To feel blue.” (czuć się smutno), „Out of the blue” (ni stąd, ni zowąd/ spoza rzeczywistości), dosyć dobitnie pokazują jak jeszcze kojarzy nam się najchłodniejsza z barw. Ponieważ wiele Piątek to naukowcy, mędr-



*Na myśl o kolorze niebieskim
pojawiają się skojarzenia
związane z powściągliwo-
ścią emocjonalną, powagą
i nieśmiałością.*

cy i filozofowie, warto wiedzieć, że przypisanym im kolorem ozdabiano szaty mnichów i uczonych na ikonach Kościoła Wschodniego.

Ebert i Rohr trafiają w dziesiątkę przypisując ten właśnie kolor Enneatypowi Pięć. Naturalnie kojarzy się ze stanem wyciszenia i kontemplacji. Trzeba jednak wiedzieć Piątkom, że „myślenie o niebieskich migdałach” nie może trwać w nieskończoność. Samotne pływanie w łódce po szerokich morzach i oceanach musi się ostatecznie zakończyć powrotem na ląd.

Szóstka (jasny brąz)

Kolorem, który zdaniem Rohra i Eberta kojarzy się z Enneatypem Szóstym, jest jasny brąz. Trudno znaleźć odpowiedni kolor dla tak różnorodnego typu. W końcu są tu naprawdę bardzo różne egzemplarze o złożonej naturze. Możemy odnaleźć pewne cechy wspólne, które wpasowują się w to, jak postrzegają się same Szóstki oraz jak postrzegają je inne typy.

Brązowy jest kolorem ziemi, więc kojarzy nam się z czymś solidnym i twardym, a takie na pewno są Szóstki. Nasuwa na myśl również wytrwałą pracę, wysiłek, i bezpieczne schronienie. Zakonnicy (m.in. Franciszkanie) noszą szaty tej barwy, by podkreślić swoją skromność, prostotę i oddanie, a cechy te na pewno możemy przypisać wielu reprezentantom tego enneotypu. Niestety czasami skromność Szóstek jest przesadna, co prowadzi do ich kłopotów z wiarą w siebie. Tworzy to dwie odmienne postawy: fobiczną i kontrfobiczną.



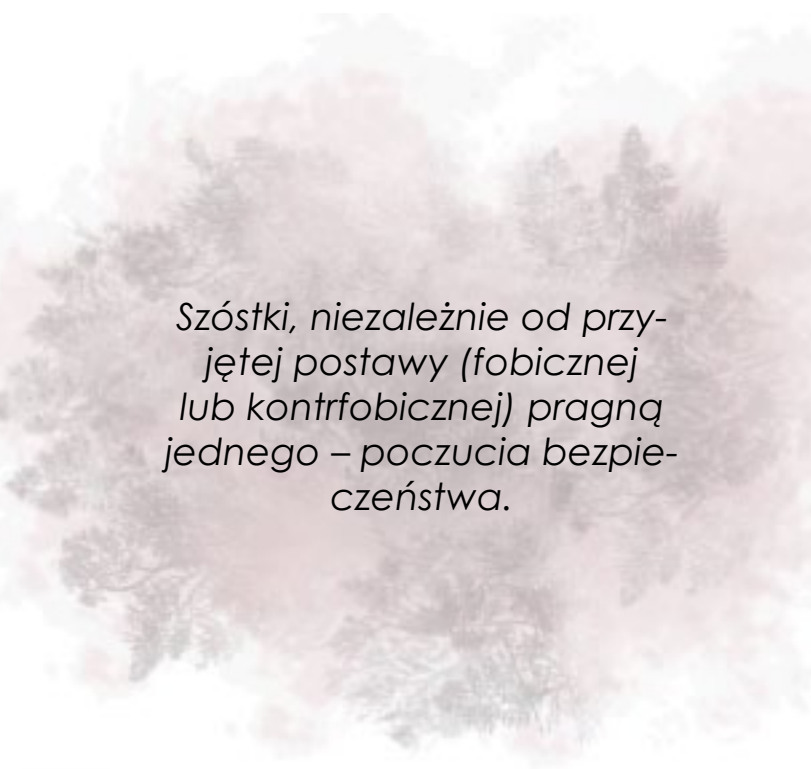
Brązowy jest kolorem ziemi, więc kojarzy nam się z czymś solidnym i twardym.

Fobiczne Szóstki są często czarujące. Posiadają urok, który zmiękcza nawet najbardziej twarde osoby, walcząc z lękiem wobec nich. To idealisci oddani w sprawach, na których im zależy. Niestety ci bardziej niestabilni i niezdrowi mają tendencje do ulegania autorytetom, które mogą bronić ich interesów. Mogą być nazbyt przezorni i czujni, wręcz paranoiczni, przywiązani do roli ofiary.

Kontrfobiczne Szóstki zupełnie inaczej radzą sobie z lękiem. W przeciwieństwie do pierwszej grupy maskują go poprzez nader aktywne zachowanie, energiczność, ogromną ilość niebezpiecznych zadań, które mają udowodnić ich odwagę. Zamiast bać się pasywnie, chcą wciąż pokonywać strach, podejmując ryzyko i ukrywając niepokój za chłodną maską. Często prowokują innych i próbują rozmaitych form buntu. W skrajnych wypadkach kontrfobiczne Szóstki są niezrozumiale agresywne, marnując energię na ciągłe zwyciężanie swoich lęków.

Te dwie, różne postawy pragną jednego – poczucia bezpieczeństwa. Nawiązując do koloru brązowego i jego skojarzeń z ziemią. Typ fobiczny to kamień - mała, cicha jednostka wśród wielu innych. Jednak zbyt mocno potrącony może wywołać wielką lawinę - rozległą siłę, głośną i potężną, która niestety unicestwia swoje posady, a także wszystko, co jej stanie na drodze. Owa płynność z przechodzenia z jednego stanu do drugiego również charakteryzuje ten typ. Bardzo rzadko zdarzają się ludzie o postawie tylko fobicznej, lub tylko kontrfobicznej.

Enneatyp Szósty powinien pamiętać, co jest dla niego ważne - jakie cele sobie postawić. Powinien nauczyć się pokonywać swoje lęki, radzić sobie samotnie z różnymi nieprzyjemnościami losu. Zdrowe Szóstki to prawdopodobnie najbardziej odważny typ Enneagramu.



Szóstki, niezależnie od przyjętej postawy (fobicznej lub kontrfobicznej) pragną jednego – poczucia bezpieczeństwa.

Siódemka (zieleń)

*„Zielono mi, bo ty właśnie ty,
w noc i we dnie mi się śnisz
i jesteś moją ciszą w czasie złym.”*

Agnieszka Osiecka

Rohr i Ebert przypisują Siódemce kolor zielony. Świeżość, radość i chęć do życia to dosyć oczywiste skojarzenia, jakie przychodzą nam na myśl o tej barwie. Zieleń przypomina nam o naturze i harmonii. Symbolizuje życie, optymizm i nadzieję. Nikt tak dobrze jak Siódemki nie potrafi zarazić swoim optymizmem i pragnieniem realizacji tysięcy pomysłów. Paradoksalnie, ludzie o innych enneatypach potrafią odpocząć przy Siódemkach, jak przy nikim innym. Kiedy taka osoba opowiada o swoich mniej lub bardziej zwariowanych pomysłach, z urokiem dziecka, czy Piotrusia Pana, niemal podświadomie wyobrażamy sobie ją w zielonym stroju. Właśnie ta barwa sprawia, że się relaksujemy i odprężamy. Nie dziwi więc fakt, że ten kolor kojarzymy ze Świętami Wielkanocnymi - powrotem do życia i regeneracją sił duchowych oraz fizycznych.

Niestety zieleń ma też drugą, mniej radosną symbolikę, która również wpisuje się w cechy typu Siódmego. Zielone murawy i boiska to nie tylko radość z uprawiania sportu i aktywności, to również hazard i bukmacherka. Zielone stoły bilardowe, zielone stoły w kasynach... Płótno tych stołów miało uspokajać, relaksować. Jak już wspomniałem, takie działanie na nasz mózg ma ten kolor. Równocześnie stało się symbolem hazardu, losowości, niepewności i niestabilności. Jednak czego tak naprawdę potrzebują Siódemki do osiągnięcia swoich celów? Pieniądzy,

Nikt tak dobrze jak Siódemki nie potrafi zarazić swoim optymizmem i pragnieniem realizacji tysięcy pomysłów. Niestety zieleń ma też drugą, mniej radosną symbolikę – hazard, bukmacherka i pieniądze.

a i nawet tutaj odnajdujemy odniesienie do zieleni, w końcu jak mówimy potocznie na banknoty? Zielone.

Nie można jednak sprowadzać Siódemek do niedojrzałych hedonistów. Byłoby to zbyt duże uproszczenie. Przecież to również filozofowie, znani artyści i naukowcy, łączący wysoką inteligencję z umysłem synkretycznym. Potrafią pogodzić ścieżki nauki i sztuki w niesamowity sposób. Nie przypadkiem zresztą kolor zielony to także barwa mądrości i proroków w Islamie. Muzułmanie przypisują mu również symbolikę związaną z życiem i siłami witalnymi. Religia chrześcijańska natomiast wiąże go z ogrodem pańskim, miejscem z którego wygnał Bóg. Powrót do niego jest celem każdego wierzącego.

„Trawa jest zawsze bardziej zielona po drugiej stronie płotu” mówi znane powiedzenie. Czyż nie odnajdujemy tutaj pewnego sposobu myślenia Siódemek? Zazwyczaj kojarzymy je pejoratywnie. Mimo że znane powiedzenie posiada wiele interpretacji, jest w nim coś z myślenia Siódemek. W końcu ten enneatyp znany jest z niezadowolenia z posiadanych już rzeczy. Często wręcz obsesyjnie myśli o możliwościach, jakie przed nim stoją. Siódemka nie zauważa nawet, kiedy mija ją szczęście chwili obecnej w pogoni za nową stymulacją, nowym sposobem ucieczki od nudy.

Pozostaje radzić Siódemkom, żeby przysiadły na chwilę na swojej trawie, zamiast skakać przez płot i marzyć o tym co mogłoby tam być. Uciekając wciąż przed strachem, powinny świadomie wybrać zielone światło.

Ósemka (czern i biel)

„Czerń jednej owcy uwydatnia biel pozostałych”

Anonim

Ósemce, jako jedynemu typowi w książce Eberta i Rohra „Enneagram, Dziewięć typów osobowości”, przypisano dwa kolory (tak, nawet tutaj Ósemki muszą dominować). Ma to jednak swoje uzasadnienie. Chodzi o współdziałanie tych kolorów oraz symbolikę, jaką w sobie zawierają.

Czerń i biel odzwierciedlają sprzeczność ósmego enneotypu. Dwoistość, kontrast i konflikt, jaki bardzo często wywołuje ten typ u innych. Z jednej strony Ósemki to osoby twarde, zdecydowane, asertywne i wiele wymagające od innych. Bez oporów wzniesą konflikty. Wszystkie są jednak mechanizmami obronnymi, które chronią bielszą stronę Ósemki, tak wrażliwą i podatną na zdradę oraz szyderstwa. Same kolory zawierają w sobie mnóstwo sprzecznych skojarzeń, zależnie od kultury, która ją przedstawia.

Czerń od wieków w kulturze europejskiej kojarzy się ze złem, śmiercią i zniszczeniem. Zupełnie inne konotacje nadają jej kultury takie jak Egipska, która kojarzy go z życiem (kolor życiodajnego mułu Nilu). Podobną symbolikę spotykamy u Indian obu Ameryk. Z drugiej strony to kolor strojów żałobnych na pogrzebach w wielu obrządkach, jednak i tu spotykamy sprzeczności. Teologia nadaje czarnemu kontrastowe znaczenia grzechu i braku wiary, a jednocześnie pokory i wyrzeczenia (dlatego sutanny są czarne). Ta barwa to jednak nie tylko symbolika mitologiczna i religijna, ale także kontekst kulturowy. Ósemka (wraz z Jedyneką) to typy, które najgłośnieściej domagają się sprawiedliwości. Różni je jedynie



Czerń i biel odzwierciedlają sprzeczność Ósemek: dwoistość, kontrast i konflikt, jaki bardzo często wywołuje ten typ u innych.

podejście. Zatem enneatyp Ósmy otrzymał kolor szat prawników i sędziów. W Japonii pasy mistrzowskie są w kolorze czarnym. Mają w ten sposób symbolizować dojrzałość noszącego. Owa dojrzałość i zaradność życiowa prowadzi często Ósemkę do osiągnięcia materialnych sukcesów. Tutaj znów spotykamy symbolikę czerni, jako koloru luksusu, wyrafinowania i elegancji. Nie można jednak zapomnieć, że owe „luksusy” bardzo często Ósemka zdobywa wraz z opinią „czarnego charakteru”.

To jednak nie wszystko, bo Ósemce podporządkowano drugi, sprzeczny z pierwszym kolor. Na ogół kojarzymy go z czystością, światłem, szeroko pojmowanym dobrem. Suknia ślubna, ubranka na chrzest, szaty komunijne – wszystko w bieli. Sztuka sakralna nadaje tej barwie najsłabsze, najniższe wartości, przedstawiając w niej Boga Ojca. To jednak tylko nasz punkt widzenia. Cywilizacja Chińska ma nieco inne spojrzenie, utożsamiając biel z nieszczęściem i żałobą. Szaty w tym kolorze przywdziewa się na pogrzeby. W Japonii cały dom dekoruje się i przyozdabia bielą po śmierci członka rodziny. Podobną symbolikę nadają mu Indianie. Jest dla nich barwą nieurodzaju i śmierci. Wiążą go z pustynią i kośćmi. Nasze negatywne skojarzenia pod tym względem są zdecydowanie skromniejsze. Co najwyżej kojarzymy go z brakiem czegoś - np. życia. Mówi się przecież: „blady jak trup”.

Na zakończenie warto Ósemkom polecić, żeby zamiast dławić swoje wrażliwe wnętrza pięścią, uwolniły je czasem. Nie trzeba być tyranem. Można zostać strażnikiem. Warto uświadomić sobie i zaakceptować punkt widzenia innych, nie wszystko tak, jak im się wydaje, jest czarno-białe. Pomiędzy jest wiele odcieni szarości.



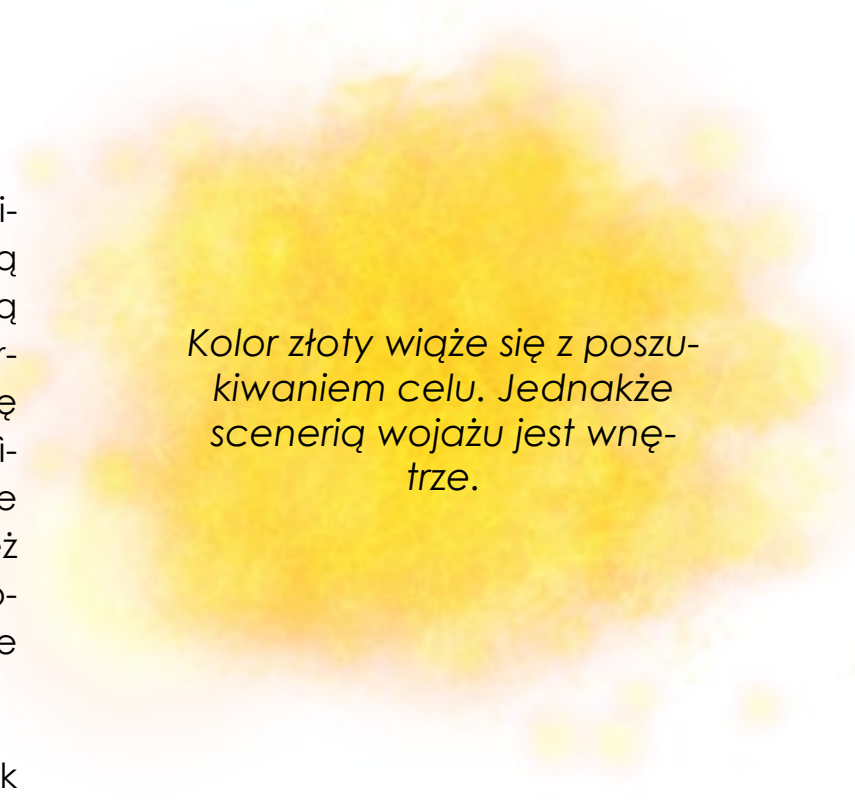
*Nie trzeba być tyranem.
Można zostać strażnikiem.*

Dziewiątka (złoto)

Dziewiątkom Rohr i Ebert przypisują kolor złoty. Może to niektórych zdziwić, bo w pierwszej kolejności złoto kojarzy nam się z próżnością, chęcią przypodobania się innym, czy chciwością. Czy takie cechy posiadają Dziewiątki? Nie! Może niektóre... Symbolika złota jest jednak dużo bardziej rozległa i przypisuje jej się znaczenia, które doskonale wpisują się w cechy omawianego typu. Ponieważ wiele mistycznych mędrców filozofii wschodu to Dziewiątki, nie dziwi fakt, że znajdujemy taką właśnie symbolikę koloru złotego. Poza mądrością, kolor ten kojarzy się również z poszukiwaniem ukrytych wartości, zazwyczaj w sobie samym, za pomocą introspekcji. Wiemy przecież, że wiele Dziewiątek ma wrażenie posiadania w sobie wszystkich cech, jakich potrzebują.

Ogólnie kolor złoty wiąże się z poszukiwaniem celu. Eskapady, takie jak wyprawa Argonautów pod wodzą Jazona po Złote Runo, odbywają się nad wyraz często z udziałem Dziewiątki. Jednakże scenerią wojażu jest jej wnętrze. Przemierzając je uświadamia sobie własną doskonałość i boskość, czego skutkiem jest jej niechęć do zabrania się do cegokolwiek. Przecież ma wszystko w sobie. Wystarczy tylko żywić ciało. W końcu duchowo jest kompletna. Złote Wieki w Grecji oddają taką właśnie filozofię życiową. W tym mitologicznym okresie wszystko było doskonałe, pełne i kompletne. Ludzie byli niemal równi Bogom, znając ich tajniki i moce. W Dziewiątkach jednak drzemie Bóg, który czeka na prawdziwe przebudzenie i przełamanie nihilizmu, wyrwanie z marazmu i iluzji doskonałości.

Złoto, jako kruszec, jest bardzo miękkie. Poddaje się naciskom bez większych oporów. Sam typ dziewiąty nie jest skłonny do sprzeczek, konfliktów i kłótni. Woli zostać taki jaki jest, choć często brakuje mu asertywno-



Kolor złoty wiąże się z poszukiwaniem celu. Jednakże scenerią wojażu jest wnętrze.

ści. Złoto symbolizuje stałość, ale również pewną przekorność – w końcu nie zmienia formy, mimo licznych nacisków. A Dziewiątka? Ulega naciskom, mediuje i chce kompromisów, aby pozostać sobą. Nie zauważa nawet, jak się zmienia.

Złoto otrzymał Jezus, obok kadzidła i mirry. W tym kontekście kruszec ten symbolizuje wiarę w Boskiego syna. Miejmy więc wiarę, aby każda z Dziewiątek pokonała swoje lenistwo, zerwała własne kajdany i nie szła śladem Jaśka z „Wesela” Wyspiańskiego, który zgubił złoty róg, symbol czynu i gotowości do walki, schylając się po czapkę z pawim piórem. Życie z innymi ludźmi jest kluczem do sukcesu i porozumienia, w przeciwieństwie do zatracania się w sobie i własnych przyjemnościach.

eszpe

Uważne słuchanie

Czy jesteś dobrym słuchaczem? Czym charakteryzuje się efektywne słuchanie i dlaczego ma aż taki wpływ na nasze relacje z innymi ludźmi.

Stan Twoich relacji z innymi ludźmi w dużym stopniu zależy od tego, czy potrafisz ich słuchać i okazywać im zrozumienie. Czy jesteś dobrym słuchaczem? Dlaczego czasem nie potrafimy słuchać oraz dlaczego czasem, mimo naszych dobrych chęci, nasi rozmówcy nie czują się zrozumiani? Szukając odpowiedzi na to pytanie, sprawdźmy, czy nie popełniamy paru często spotykanych błędów.

Słuchanie wymaga odrobiny dobrej woli. Bywa, że musimy wstrzymać się z wyrażaniem swojej opinii, odłożyć na bok złość, bądź urazę. Może się nasuwać pytanie „dlaczego to ja mam ustępować?” - ale czy rzeczywiście jest to ustępstwo? Zastanów się, dlaczego zaangażowałeś się w rozmowę. Na czym Ci zależy? Czy na tym, żeby ktoś potwierdził, że masz rację? Czy na tym, żeby mówić pierwszy? A może na tym, żeby się porozumieć, poprawić z kimś relacje lub uzyskać cenne dla Ciebie informacje? Warto być ze sobą w tej kwestii szczerym – gdy mówisz, mów jasno i zdecydowanie, ale gdy słuchasz, słuchaj będąc w pełni skoncentrowanym na tym, co mówi druga osoba. Jeśli ktoś mówi, gdy go nikt nie słucha, albo udaje, że słucha, gdy mówi ktoś inny, to najwyżej traci czas.

Jeśli postanowiłeś, że chcesz słuchać i jesteś gotowy poczekać z tym, co masz do powiedzenia, jesteś na dobrej drodze do zrozumienia drugiej osoby. Jednak, mimo dobrych chęci, możemy popełniać błędy. Najczęstsze to:

- **Przerywanie.** Jeśli ktoś przerywa drugiej osobie, to daje jej wyraźnie do zrozumienia, że to, co słyszy, nie ma dla niego znaczenia.
- **Zastanawianie się nad odpowiedzią.** Jeśli ktoś bardziej jest skoncentrowany na tym, co ma zamiar powiedzieć, niż na tym, co mówi druga osoba, to na pewno nie jest to efektywne słuchanie.
- **Doradzanie i ocenianie.** To może nie być oczywiste, gdyż doradzając innym zwykle działamy w dobrej wierze. Jednak, gdy zdecydowaliśmy się słuchać i zrozumieć drugą osobę, doradzanie i ocenianie przeszkodzi w osiągnięciu celu. Dlaczego? Wydając ocenę, kategoryzując, ulegamy złudzeniu, że coś dobrze zrozumieliśmy i przestajemy zwracać uwagę na nowe informacje. Poza tym druga osoba stanie się mniej ufna, przestanie mówić otwarcie o swoich odczuciach i przyjmie postawę obronną. By nasze rady były adekwatne, najpierw musimy się upewnić, że dobrze zrozumieliśmy problem.
- **Zakładanie, że wiemy, o co chodzi drugiej osobie.** Słowa zawsze są dużym uproszczeniem myśli i odczuć. Ponieważ ludzie mają różne doświadczenia, sytuacje życiowe oraz różnią się pod wieloma względami, mogą bardzo różnie zinterpretować te same wypowiedzi. Dlatego lepiej jest weryfikować, czy dobrze zrozumieliśmy drugą osobę, czy uchwyciliśmy główny sens wypowiedzi, parafrazując i pytając o doprecyzowanie niejasności.

Jest wiele aspektów, nad którymi można popracować, by stać się lepszym słuchaczem:

umiejętność dostrzegania zarówno faktów, jak i uczuć kryjących się za słowami,

umiejętność odróżniania sedna i głównej idei od mniej istotnych detali,

rozpoznawania stwierdzeń ogólnych i niejasnych, wymagających doprecyzowania.

- **Rozpraszenie się.** Efektywne słuchanie wymaga stu procentowej uwagi. Zadbaj o to, by nic w otoczeniu Ci nie przeszkadzało i nie odciągało od słuchania.

Oprócz unikania wyżej wymienionych przeszkód jest wiele aspektów, nad którymi można popracować, by stać się lepszym słuchaczem. Jest to między innymi umiejętność dostrzegania zarówno faktów, jak i uczuć kryjących się za słowami, umiejętność odróżniania sedna i głównej idei od mniej istotnych detali, rozpoznawania stwierdzeń ogólnych i niejasnych, wymagających doprecyzowania. Pomocne może się również okazać zastosowanie „zasady życzliwości” (ang. principle of charity). Jest ona przeciwieństwem „stomianej kukły” (ang. straw man) i polega na szukaniu możliwie najsensowniejszej interpretacji słów rozmówcy. Dzięki tej zasadzie można uniknąć wielu błędów poznawczych i logicznych, więc jej stosowanie to nie tylko uprzejmość.

Na koniec napiszę parę słów o drugiej stronie medalu. Są ludzie, którzy potrafią jasno i otwarcie komunikować swoje myśli, uczucia i potrzeby - słucha się ich łatwo. Są też ludzie, którzy stawiają różne bariery komunikacyjne i trudniej jest ich zrozumieć. Mogą obwiniać innych za to, że nie są rozumiani, oraz, że inni nie chcą ich słuchać. Mówiąc im o tym i wymagając zmiany, łatwo sprawić, że porozumienie będzie jeszcze trudniejsze. Tak naprawdę mamy mały wpływ na to jaka jest inna osoba. Jest to coś poza granicami naszej odpowiedzialności. Każdy ma największy wpływ na siebie samego, czyli na to jak i kogo słucha. Nie masz obowiązku słuchać i rozumieć każdego. To Twój wybór, kogo słuchasz, komu poświęcasz swój czas i Ty będziesz ponosił konsekwencje swoich wyborów. Nie uważaj też, że słuchanie Ciebie jest obowiązkiem innych – to prezent, warto to doceniać.

Tak naprawdę mamy mały wpływ na to, jaka jest inna osoba. Każdy ma największy wpływ na siebie samego, czyli na to jak i kogo słucha.

Trójkąt dramatyczny a analiza transakcyjna

Ofiara, Prześladowca i Ratownik, czyli uwikłani w samonapędzającą się spiralę frustracji i problemów. O tym, jak są zależni od siebie nawzajem, oraz o tym, dlaczego do tego trójkąta wystarczą dwie osoby.

Trójkąt Dramatyczny autorstwa Stephena Karpmana to jeden z modeli relacji międzyludzkich w Analizie Transakcyjnej (AT). Trójkąt Dramatyczny (TD) ma wspólne podstawy z AT, jednak skupia się na węższym spektrum transakcji i rządzących nimi motywacji. Zasadniczą różnicą między tymi dwoma podejściami jest nazewnictwo graczy. Eric Berne wyjaśnia transakcje między uczestnikami, posługując się rolami Ja-Rodzic, Ja-Dorosły i Ja-Dziecko oraz wyróżniając ich różne wariacje, natomiast Karpman używa tylko terminów Prześladowca, Ofiara i Ratownik. Warto jednak pamiętać, że nazwy graczy wg Berne'a i Karpmana się przenikają.

Podstawowe założenia

Odmienne nazwy w TD odzwierciedlają ogólne zachowania, jak chęć pomagania czy dawania, które mają silny wpływ na kształtowanie dynamiki transakcji wewnątrz TD. Określenia ról w TD nie powinny być brane dosłownie, lecz zawsze w kontekście relacji czy sytuacji. Prześladowca nie jest typową enneagramową Ósemką, żadną zemstą czy ulicznym stręczycielem. Ofiara nie jest także enneagramowym Tragicznym Romantykiem, pełnym umartwień czy osobą z tendencjami ma-

sochistycznymi. Z kolei Ratownik to nie bohater z ulicy, który wyciągnął niemowlę z pożaru. Ważnym elementem w zrozumieniu TD jest uświadomienie sobie, iż role w TD nie powinny być rozpatrywane indywidualnie lecz zawsze w relacji do innej osoby znajdującej się wewnątrz TD. Prześladowcą jest ten, który wyrządza krzywdę Ofierze albo na nią naciska, Ratownikiem jest osoba interweniująca w sprawie Ofiary. Ofiara to osoba odczuwająca realną krzywdę, a także każdy, kto wchodzi w rolę Ofiary lub postrzega się w ten sposób.

Role wewnątrz TD są dynamiczne, to znaczy uczestnicy Trójkąta okresowo mogą się wymieniać rolami, przechodzić gładko z pozycji Ofiary do Prześladowcy i tak dalej. Na koniec, warto wyjaśnić, że funkcjonowanie TD nie wymaga obecności trzech osób, w praktyce Trójkąt mogą tworzyć dwie osoby, które w dynamice relacji zmieniają się rolami. Jednakże, bez względu na ilość uczestników, każda osoba uwikłana w TD może zajmować tylko jedną pozycję w danej chwili, a nie być jednocześnie Ratownikiem i Oprawcą.

Ofiara

Jedną z głównych cech osoby będącej Ofiarą w TD jest zaspokajanie własnych potrzeb – poprzez wykorzystywanie innych osób do ich spełnienia. Wyróżniającą postawą w tej roli jest obwinianie innych za osobiste niepowodzenia w życiu oraz angażowanie się w gry transakcyjne, takie jak „dlaczego ty nie..., tak ale” oraz „nie mogę tego zrobić, ponieważ” (patrz „Games people play”, E. Berne). Ofiara jest targana emocjami Podatnego/Potrzebującego Dziecka oraz Wściekłego/Buntowniczego Dziecka (wariacje jednej z ról Analizy Transakcyjnej). W efekcie, raz od-

Wyróżniającą postawą Ofiary jest obwinianie innych za osobiste niepowodzenia w życiu oraz angażowanie się w gry transakcyjne.

czuwane są bezradność i beznadzieja, by za chwilę popaść w rozwydrzony trans bachora. Innym zachowaniem, w które Ofiary się angażują, jest prowokowanie innych do prześladowania. W sytuacji, gdy nikt nie ulega prowokacji albo nie ma typowego Prześladowcy w pobliżu, Ofiary wchodzą w rolę Krytycznego Rodzica (wg Berne'a) i podtrzymują swoją rolę przez samoobwinianie się, by móc czuć się pokrzywdzonym. Z perspektywy Ofiary, inni wyglądają albo brzmiać jak Ratownicy, albo Prześladowcy. Ofiara ogranicza się do takiego postrzegania, by utrwalać się we własnej roli poprzez wykorzystywanie Ratownika w walce z Prześladowcą, co w efekcie zapewnia wzajemną zależność w Trójkącie.

Ratownik

Mechanizmem leżącym u podłoża bycia Ratownikiem jest nieustający lęk przed porzuceniem, który skłania Ratowników do przywiązania się do Ofiary, by czuć się potrzebnym i bezpiecznym. Z własnego punktu widzenia Ratownicy zauważają, iż inni nadzwyczaj chętnie przychodzą do nich z własnymi problemami, jednocześnie nie wiedzą jednak czemu tak się dzieje. Ratownik funkcjonuje poprzez podświadome wpędzanie Ofiary w bycie ofiarą oraz na budowaniu wzajemnej zależności – dzieje się tak gdyż Ratownik rozwiązuje problemy Ofiary, zamiast pozwolić jej na samodzielne doświadczenie rozwiązania własnych problemów. Esencją bycia Ratownikiem jest egzystencja „wszystko dla innych”. Osoba wchodząca w tę rolę najczęściej w dzieciństwie dbała o (albo starała się zadowolić) „zranionego” rodzica poprzez spełnianie jego potrzeb, nieświadomie wdając się w odwrócenie ról dziecko-rodzic. Dorosły Ratownik znajduje jednostki, w których widzi znamiona Ofiary i na które

Ratownik funkcjonuje poprzez podświadome wpędzanie Ofiary w bycie ofiarą oraz na budowaniu wzajemnej zależności.

może projektować własne Podatne Dziecko. W przypadku identyfikacji z Ofiarą, Ratownik czuje się zobowiązany, by wkroczyć i „ratować” albo „naprawiać” problemy. Ten mechanizm odzwierciedla chęć zaspokojenia potrzeb własnego Podatnego Dziecka u Ratownika. W efekcie kompulsywne dbanie o potrzeby innych jest naprawdę zachowaniem samolubnym i dążeniem do zaspokojenia własnych potrzeb. Często fikcją Ratownika jest także wchodzenie w rolę Krytycznego Rodzica, choć nie w sposób uzewnętrzniający się. Typową manifestacją wejścia w tę rolę może być podświadome wysyłanie sygnałów do Ofiary: „nie martw się, wiem, że jesteś niekompetentny i potrzebujesz mnie bym się tobą zajął”. Ratownik widzi innych w kategoriach Ofiar albo Prześladowców i odczuwa obowiązek wstawiania się za Ofiarami, by bronić ich przed Prześladowcami.

Eksternalizacja esencji Prześladowcy objawia się bezwstydną wrogością i szorstkim traktowaniem innych bez większych skrępowań. Funkcją zachowania Prześladowcy jest bycie ukrytą Ofiarą, aby zrzucić winę na Ofiarę za utratę kontroli nad sobą.

Prześladowca

Ostatnim uczestnikiem TD jest Prześladowca. Zachowanie i postawa Prześladowcy są nacechowane całkowitą koncentracją na sobie. Eksternalizacja esencji Prześladowcy objawia się bezwstydną wrogością i szorstkim traktowaniem innych bez większych skrępowań. Pierwotnie, Prześladowca projektuje swojego Krytycznego Rodzica na innych w bardzo widoczny i odczuwalny sposób, np. „Gdyby ci wszyscy ludzie tylko robili to co ja, świat byłby lepszym miejscem”. Prześladowca typowo niweluje w sobie Podatne Dziecko i wypycha tę postawę ze świadomości. W konsekwencji Prześladowca agresywnie reaguje na zachowania Ofiary, przypominające albo uwalniające wewnętrzne Podatne Dziecko. Wściekłe i krytyczne postawy wobec Ofiary są podświadomym odegraniem mechanizmów użytych, by stłumić własne Podatne Dziecko.

ko. Tym samym Prześladowca projektuje własne Podatne Dziecko na Ofiarę, prześladując ukrycie siebie, a nie Ofiarę. Innym stanem, częstym u Prześladowcy, jest wejście w rolę Wściekłego/Nieposłusznego Dziecka, wyrażające się poprzez takie zwroty, jak: „Gdyby nie ty, nie musiałbym się tak czuć/zachowywać”. Funkcją tego zachowania jest bycie ukrytą ofiarą, aby zrzucić winę na Ofiarę za utratę kontroli nad sobą. W oczach Prześladowcy inni należą albo do Ofiar, albo do Ratowników, a Prześladowca czuje zobowiązanie, żeby ich „naprostować”.

Role są postawami przetrwania wyuczonymi w dzieciństwie poprzez obserwację rodziców albo w celu zaspokajania własnych potrzeb.

Wymienność ról

Główny „dramat” w TD wynika ze zmieniania ról. „Role” są Postawami Przetrwania wyuczonymi w dzieciństwie poprzez obserwację rodziców albo w celu zaspokajania własnych potrzeb. W rodzinie funkcjonującej w ramach TD dziecko musiało się szybko wyszkolić w zmienianiu ról, aby dostosować się do członków rodziny lub dbać o swoje potrzeby.

W dorosłym życiu wymienność ról służy tylko podtrzymywaniu bądź pogłębianiu zależności w relacjach wewnątrz TD. Kombinacji wymienności ról jest wiele i są one ściśle związane z zaburzeniem patologicznej relacji między uczestnikami Trójkąta lub ich potrzeb. Przykładowo, w przypadku, gdy sprawy nie idą po myśli Ratownika i traci on swoją „ofiara”, możliwe jest wejście w dwa scenariusze. Po pierwsze, Ratownik może uzewnętrznić niespełnione potrzeby i wepchnąć osobę w rolę Ofiary tymczasowo, reagując jak Prześladowca i mówiąc np.: „Nie możesz sobie poradzić nawet z takim prostym problemem, co z ciebie za pożytek?”. Po drugie, Ratownik może próbować wpychać w rolę Ofiary kogoś, kto nie zachowuje się jak Ofiara, poprzez chwilowe wejście

w ukrytą postawę Ofiary, by wywołać poczucie winy: „Patrz, jak muszę się tu poświęcać i wszystkim zajmować!”, albo „Ja tylko próbuję pomóc i w ten sposób mi dziękujesz!?”.

Podsumowanie

Jedynym rozwiązaniem Trójkąta Dramatycznego jest przerwanie wzajemności z innymi uczestnikami oraz rozpoznanie własnego udziału w Trójkącie. W zależności od uwarunkowań rodzinnych oraz najgłębszych i niespełnionych potrzeb, każdy chyli się bardziej ku jednej z ról w TD, w zależności, która rola jest drogą do zaspokojenia tych potrzeb. Jednakże, każdy ma potencjał wchodzenia we wszystkie trzy role.

Być może niektórzy z was zauważyli pewne zbieżności między postawami uczestników TD z pewnymi typami enneagramowymi i typowymi postawami niektórych typów na niższych poziomach zdrowia. Nie można przypisać jednej z ról do danego typu Enneagramu, choć jawnie istnieje taka pokusa, gdy czyta się o Prześladowcy i automatycznie kojarzy się ten opis z mechanizmami ujawniającymi się w Ósemkach (np. większość Ósemek nie umie radzić sobie z cudzym płaczem, często wzbudza to w nich agresję – tak samo jak u Prześladowcy reakcja na Podatne Dziecko). Innym przykładem są podobieństwa między zachowaniami typowymi dla Ratownika i enneagramowego Dawcy. Zbieżności są jednak pozorne, gdyż każdy typ Enneagramu jest o wiele bardziej skomplikowany i wychodzi poza mechanizmy TD.

Podobieństwa TD z Enneagramem leżą wg mnie na ogólnej płaszczyźnie. Enneagram nie wyjaśnia dogłębnie dynamiki między typami, głównie dlatego, że Enneagram jest zbyt ogólny. Pomocny może być TD,

*Jedynym rozwiązaniem
Trójkąta Dramatycznego
jest przerwanie wzajemności
z innymi uczestnikami
oraz rozpoznanie własnego
udziału w Trójkącie*

który odnosi się do bardzo pierwotnych ról i mechanizmów psychologicznych. Odnalezienie w sobie i wśród bliskich ról Trójkąta Dramatycznego może być dobrym uzupełnieniem Enneagramu, by poprawić stosunki z ważnymi dla nas osobami.

Materiały wykorzystane do tego artykułu są do pobrania za darmo z tego folderu z pliku trójkąt_dramatyczny.zip - <http://chomikuj.pl/hermh/Dokumenty>

baby kapar

Kontakt: enneagram@enneagram.pl

Wszystkie artykuły publikowane są na licencji:
Creative Commons Uznanie autorstwa-Użycie niekomercyjne 3.0 Polska

Redakcja: baby kapar, boogi, bruno dievs, cotta, elkora, eszpe, grin_land, in3orn