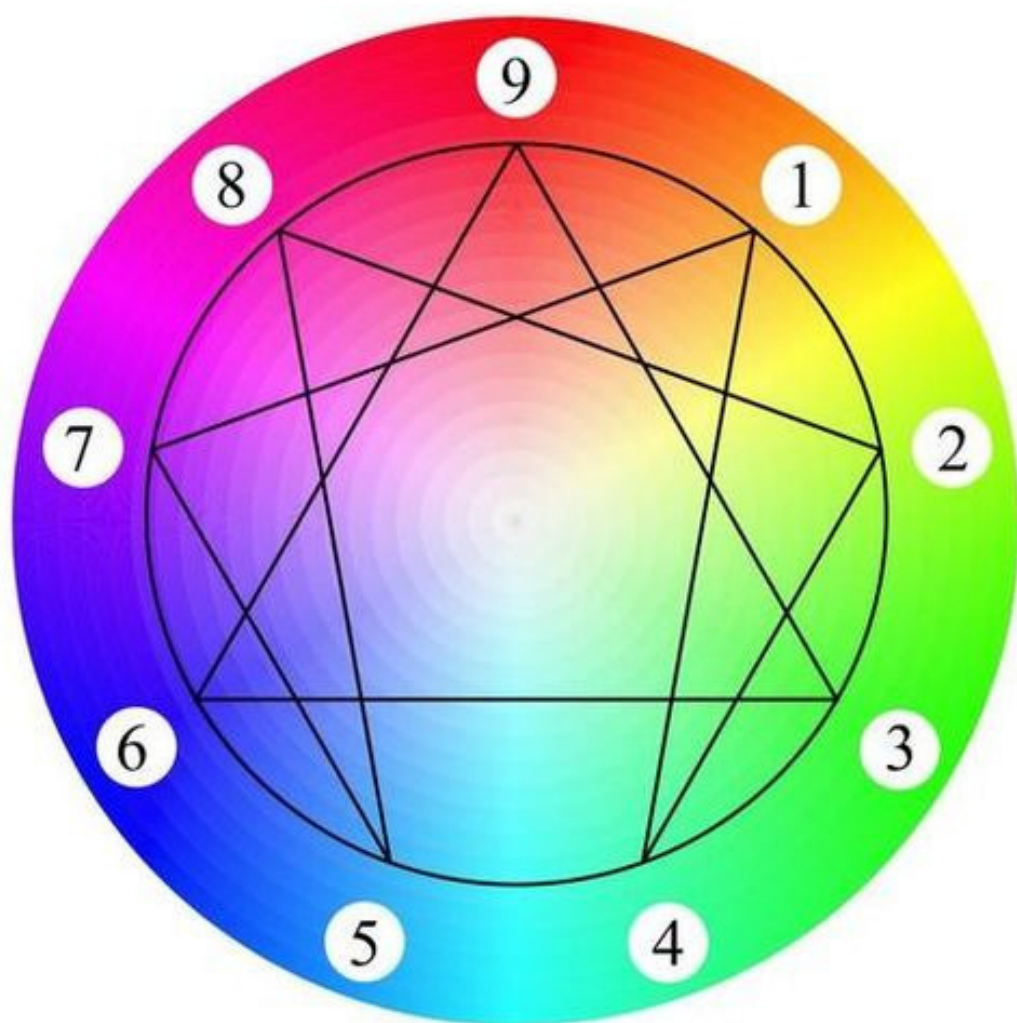


18+

Эффективные интегральные практики

ЭННЕАГРАММА

технология развития
осознанности



С. М. Неаполитанский

С. М. Неаполитанский

**Эннеаграмма – технология
развития осознанности.
Эффективные
интегральные практики**

«Издательские решения»

Неаполитанский С. М.

Эннеаграмма – технология развития осознанности. Эффективные интегральные практики / С. М. Неаполитанский — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-963912-7

Эннеаграмма — эффективная технология развития осознанности и личностного роста. Она основана на исследованиях девяти мотивационных матриц, которые определяют мышление, эмоции и действия. В традиции эннеаграммы они называются эннеатипы или парадигмы восприятия. В книге подробно описаны таланты, сильные стороны и ограничивающие убеждения каждого типа. Понимая их, человек может успешно осуществить свои жизненные стратегии, сформировать гармоничные отношения и максимально реализовать свой потенциал.

ISBN 978-5-44-963912-7

© Неаполитанский С. М.

© Издательские решения

Содержание

Введение	7
Области применения эннеаграммы	9
Связь эннеаграммы с типами личности	10
Девять типов мотивов и центров восприятия	11
Структура книги	15
Раздел 1	20
1.1. Описание типа	20
Сильные стороны	20
Возможные слабые стороны	20
1.2. Мотивационные динамики	21
Ценностные приоритеты	21
Потребности	21
Основные желания	21
Основные страхи	21
Добродетель	21
В стрессе	21
В комфорте	22
Влияние соседних типов	22
Восприятие себя	22
Препятствия для развития целостности	22
Возможные архетипы	23
1.3. Теневая сторона	24
Паттерны, стереотипы мышления, отпечатки, реакции	24
защиты, вытесненные эмоции	
Неосознаваемые предубеждения	24
Порок, страсть	25
1.4. Стил в работе	26
Ценностные приоритеты в работе	26
Сильные стороны в деятельности	27
Возможные слабые стороны в деятельности	27
Что мотивирует в организации	27
Что демотивирует	28
1.5. Потенциал лидерства	29
Парадигма лидерства	29
Величайший дар этого типа	29
Сильные стороны	29
Слабые стороны	29
Управление карьерой	29
1.6. Отношения	31
Что привлекает тип 1 в отношениях	31
Что мешает типу 1 в отношениях и общении	31
Стил речи	31
1.7. Основная цель и стратегия успеха	33
Спектр предназначения	33
Ключи к осознанию предназначения	33

Добродетель, способствующая исполнению предназначения	33
Путь развития	33
РАЗДЕЛ 2	34
2.1. Описание типа	34
Сильные стороны	34
Возможные области для развития	34
2.2. Мотивационные динамики	35
Ценностные приоритеты	35
Потребности	35
Основные желания	35
Основные страхи	35
В стрессе	35
В комфорте	35
Влияние соседних типов	36
Восприятие себя	36
Препятствия для развития целостности	36
Возможные архетипы	36
2.3. Теневая сторона	37
Паттерны, стереотипы мышления, отпечатки, реакции защиты	37
Неосознаваемые предубеждения	37
Порок, страсть	37
2.4. Стил в работе	38
Конец ознакомительного фрагмента.	39

**Эннеаграмма – технология
развития осознанности
Эффективные интегральные практики
С. М. Неаполитанский**

© С. М. Неаполитанский, 2019

ISBN 978-5-4496-3912-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Эннеаграмма является эффективным инструментом для личной и коллективной трансформации. Термин эннеаграмма происходит от греческих слов *ennea* (девять) и *grammos* (нарисованный символ, фигура, линия) и в геометрии относится к девятиконечному многоугольнику.¹

Символ эннеаграммы послужил основой для психологического фрейминга и метафорически представляет девять различных стратегий отношения к себе, другим и миру. Каждый тип согласно модели эннеаграммы имеет свой собственный тип мышления, способов восприятия, эмоциональных реакций и поведения, возникающий из более глубокой внутренней мотивации, глубинных ценностей или мировоззрения.

В отличие от других систем типологии личности эннеаграмма имеет тенденцию концентрироваться больше на внутреннем мире личности, а не на внешних чертах или характеристиках. Это дает нам возможность на мгновение «почувствовать», как другой человек воспринимает мир, себя и каков глубинный механизм формирования мотивов поведения. Этот сдвиг в перспективах обеспечивает основу для более глубокого, более полного осознания, которое помогает более точно понять себя и позволяет построить более гармоничные, эффективные и устойчивые отношения с другими.

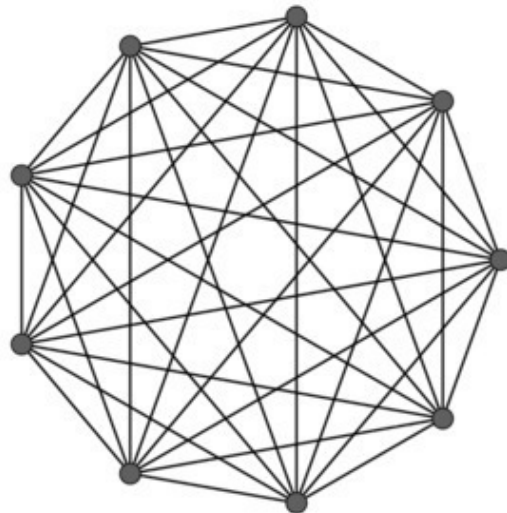
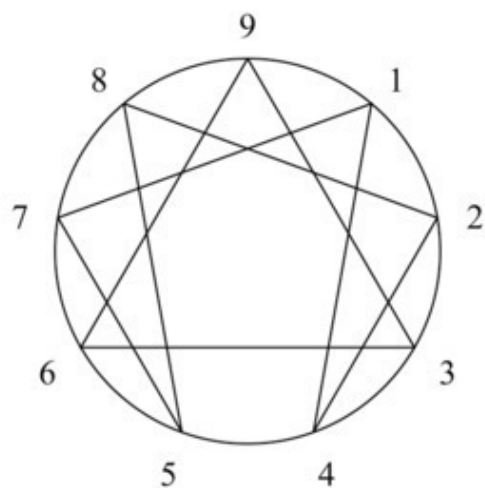
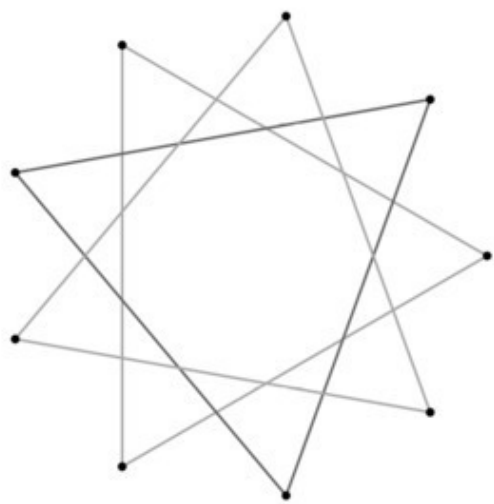
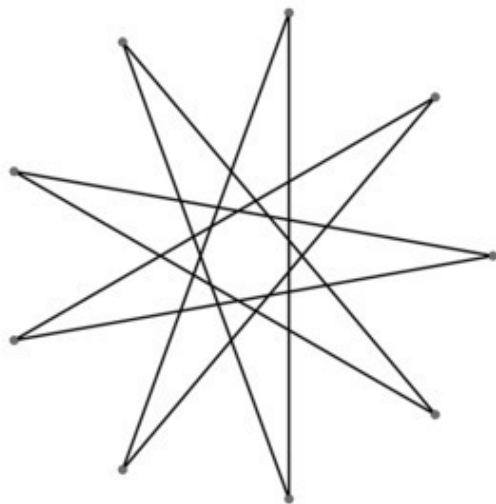
Согласно эннеаграмме, у каждого типа есть естественный дар – сила, которая вытекает из его внутренней природы и мирозерцания. Однако, как и все сильные стороны, этот дар может быть искажен до такой степени, что становится причиной уязвимости и дисбаланса. Осознание внутренних механизмов и динамик работы своего типа (и типов других) дает нам реальное преимущество в выявлении и корректировке дисбаланса и безболезненной интеграции тени, а также помогает наилучшим образом использовать таланты и особые способности, которые нам даны.

Система эннеаграммы предлагает исчерпывающее руководство по конкретным типам личностей и их сильным сторонам, ограничениям и основным убеждениям. Система служит дорожной картой к личному развитию на протяжении всей жизни с уникальными аспектами, связанными с целями развития для каждого типа. Изучение структуры типа эннеаграммы способствует углублению осознания когнитивных, эмоциональных и соматических фильтров восприятия. По мере того, как ранее неосознаваемые модели поведения, ментальные конструкции и верования становятся осознанными, у индивида ослабевает отождествление с ними, и благодаря этому в нем раскрывается энергия для восхождения к высшим уровням когнитивного, эмоционального и духовного развития. Хотя эннеаграмма описывает различные структуры эго каждого типа, объединяющей основой для развития всех типов является увеличение осознанности и эмпатии и меньшая идентификация с эго. Эннеаграммы предоставляет человеку инструментарий для формирования и принятия более интегрированного широкого мировоззрения. Работа также включает в себя интеграцию всех трех центров интеллекта: когнитивного, эмоционального и соматического.

Перед тем как начать самоисследование на основе эннеаграммы, рекомендуется определить свой базовый эннеатип. Опросник для самотестирования приводится в приложении 1. Там же перечисляются различные ресурсы, где можно пройти тестирование в режиме on-line.

¹ В геометрии эннеаграмма – плоская фигура, имеющая девять вершин. Правильная эннеаграмма (девятисторонний звездчатый многоугольник) строится на тех же точках, что и правильный девятиугольник, но соединения точек производятся не подряд, а с фиксированным шагом. В зависимости от соединения точек в геометрии рассматриваются различные формы эннеаграммы.

Детальная информация о трех мотивационных подтипах, эволюционных уровнях развития каждого типа и взаимоотношениях типов в семье и социальной деятельности содержится в других книгах автора, посвященных эннеаграмме.



Области применения эннеаграммы

В личной жизни система, технологии и инструментарий используется:

- для формирования и реализации жизненных стратегий успеха;
- развития гармоничных отношений с близкими и окружающим миром;
- раскрытия потенциала, талантов и мотивов поведения;
- понимания стереотипов, верований, впечатлений, паттернов и архетипов;
- повышения уровня осознанности и понимания предназначения;²
- самоисследования, саморазвития и актуализации ценностей.

В организации система, технологии и инструментарий используется:

- для сонастройки личного предназначения с миссией организации;
- формирования сильной культуры, понимания ценности осознания;
- формирования эффективных команд и стратегий;
- мониторинга, актуализации и управления мотивами;
- коучинга и наставничества;
- понимания динамики взаимоотношений;
- для оценки потенциала, развития компетенции и личностного роста.

В бизнес-контексте эннеаграмма обычно используется в качестве типологии для понимания межличностной динамики на рабочем месте; в духовности она чаще всего представляется как путь к более высоким состояниям бытия, сущности и просветления. Оба контекста говорят, что эннеаграмма может помочь в самосознании, самоактуализации и саморазвитии.

² Обучение эннеаграмме в нарративной традиции обычно состоит из четырех компонентов: объяснение эннеатипов, недирективный коучинг, изучение опыта и рефлексивные практики.

Связь эннеаграммы с типами личности

Если попросить разных исследователей определить, что такое эннеаграмма, вы получите самые разнообразные ответы. Эннеаграмма – это настолько большое явление, что ее можно сравнить с океаном, который для различных наблюдателей раскрывается по-разному, в зависимости от уровня сознания, особенностей восприятия.

Но, в основном, выделяются следующие подходы к эннеаграмме.

- типология личности (эннеаграмма личности);
- карта жизненных процессов;
- карта пути предназначения (эннеаграмма предназначения);
- образ человеческой души (эннеаграмма сущности);
- психодинамика отношений.

В антропологии Гурджиева она связана с протеканием глубинных процессов и с теорией влияний.

Оскар Ичазо приспособил эннеаграмму для наблюдения различий человеческого характера и личности. В настоящее время наибольшее распространение получили две его эннеаграммы: эннеаграмма эмоциональных динамик и эннеаграмма познавательных установок.

Одной из причин, по которой именно эти две эннеаграммы получили такую известность, стало то, что они как раз были самыми интересными для исследования для наиболее талантливого ученика Ичазо – доктора Клаудио Наранджо.

В 1970-х годах Наранджо был учеником Оскара Ичазо. Но буквально за десять лет он стал настолько увлеченным исследователем эннеаграммы, что создал собственную школу. Многие из тех, кто впоследствии стал специалистами в области исследования типов личности по эннеаграмме, начинали как ученики Наранджо.

Наранджо написал об эннеаграмме несколько книг. Все они сосредоточиваются, в основном, на дефицитарной мотивации (желании устранить недостаток в удовлетворении простых потребностей), связанной с каждым типом эннеаграммы. Наранджо в своих работах глубоко погружается в изучение этих вопросов. Он описывает личностные расстройства различных типов. Однако он или совсем мало, или вообще не касается описания сбалансированной личности.

Не совсем понятно, почему Наранджо не придерживается той точки зрения, что личность можно стать сбалансированной.

Некоторые исследователи считают, что его подход не целостен, поскольку личности, ориентированной на динамики эго-проявлений, сложно трансформироваться в полностью сбалансированную и функциональную личность.

Позитивный подход к эннеаграмме утверждает, что сама личность может быть интегрирована в общий процесс когнитивного и духовного совершенствования. Это дает импульс к началу работы по установлению необходимого единства и интеграции всего человеческого существа. С развитием позитивной и интегральной психологии, нейронауки и метакогнитивистики модель эннеаграмма обретает новые измерения и смыслы.

Девять типов мотивов и центров восприятия

Эннеаграмма описывает девять мотивационных матриц, которые имеют глубокую связь с вопросом «почему». Почему мы так живем? Почему мы ставим именно такие цели? Каждый внутренний мотив ассоциируется с характерным способом мышления, чувствами и действиями.

Подобные паттерны определяют черты и тип личности. Но эннеатипы являются более широким понятием, чем тип личности. В традиции эннеаграммы они называются эннеатипы или парадигмы восприятия. Это способ восприятия себя и мира как системы, это фокус восприятия, стержень, вокруг которых кристаллизуются многие когнитивные процессы, паттерны мышления и поведения и через которые проявляются определенные архетипические энергии.

Подход эннеаграммы – это системный подход. Система определяется как совокупность взаимосвязанных и целесообразно взаимодействующих элементов. Все системы отражают фундаментальные онтологические принципы и обладают свободой самоорганизации в синергии с метасистемой.³

Мы воспринимаем мир, и акт восприятия, наблюдения вносит изменение в систему. А изменения в системе воздействуют на восприятие. Система есть отражение в сознании наблюдателя свойств объектов и их отношений в решении задачи познания. Способность систем к самоадаптации называют законом самосохранения, а способность к самоорганизации – законом развития.

В основе этих способностей лежит более глубокая закономерность, базирующаяся на сочетании двух противоречивых тенденций:

- с одной стороны, у всех систем есть стремление к возрастанию энтропии (стремление к хаосу);
- с другой стороны, наблюдаются негэнтропийные тенденции, лежащие в основе эволюции.

Эрвин Шредингер писал, что энтропия – хаос, саморазрушение и саморазложение. А негэнтропия – движение к упорядочиванию, к организации системы. Чтобы не погибнуть, живая система борется с окружающим хаосом путем организации и упорядочивания последнего, то есть импортируя негэнтропию.⁴

Модель эннеаграммы раскрывает определенные принципы самоорганизации и интеграции таких динамических систем, как человек-человек, человек-организация, человек-мир, человек-метасистема и т. д.

Ниже приведено краткое описание каждой парадигмы восприятия, метафорически отраженной в фигуре эннеаграммы. Парадигмы восприятия (эннеатипы) обозначаются числами, но иногда вместо них используются их «характерные роли», которые относятся к отличительным архетипическим характеристикам. В описании приводятся наиболее распространенные названия эннеатипов.

Тип 1 – Перфекционист, реформатор (стремящийся к совершенству системы)

Добросовестный, самокритичный, организованный, самодисциплинированный, точный, щепетильный, пунктуальный, педантичный, аккуратный и этичный.

Фокус внимания направлен на упорядоченность, совершенствование, честь, напряженную работу и на то, как делать правильно правильные вещи.

³ См. например: Maurice Yolles. Organizations as Complex Systems: An Introduction to Knowledge Cybernetics. – IAP, 2006. Kris McDaniel. The Fragmentation of Being. – Oxford University Press, 2017.

⁴ Schrödinger, Erwin. What is Life – the Physical Aspect of the Living Cell. – Cambridge University Press, 1944.

Задача заключается в том, чтобы научиться видеть совершенство в вещах, как они есть, принимать мир как он есть, и научиться получать радость от этого.

Талант состоит в способности работать во имя цели и идеала с большой сосредоточенностью, точностью и целостностью.

Тип 2 – Заботливый, помогающий (стремящийся помогать системе через заботу об элементах системы)

Сердечный, общительный, заботливый, милосердный и дружелюбный.

Фокус внимания направлен на людей, отношения, обмен эмоциями и вовлеченность.

Задача – обучение как быть эмоционально независимыми и делиться без ожидания награды.

Талант – эмоциональная чуткость к потребностям других людей.

Тип 3 – Достигатор, целеустремленный деятель (стремящийся к успеху и эффективности системы)

Напористый, амбициозный, прагматичный и адаптирующийся.

Фокус внимания – достижения, успех, эффективность, производимое впечатление и победа.

Задача – научиться останавливаться, уделять время отношениям, отдыхать, выйти из бесконечной гонки за признанием и достижениями.

Талант – способность быстро реагировать на изменения ситуации и проблемы.

Тип 4 – Индивидуалист, эстет (стремящийся погрузиться в глубины системы и сделать ее красивой)

Глубокий, рефлексивный, креативный, романтический и резонансный.

Фокус внимания – глубина, аутентичность, оригинальность, эстетизм и индивидуализм.

Задача – научиться переживать высоты и глубины бытия без потери себя в них и обрести способность чувствовать радость в простых удовольствиях повседневной жизни.

Талант – глубокий эмоциональный резонанс с интенсивными состояниями и эмоциями.

Тип 5 – Мыслитель, исследователь (стремящийся проанализировать и постичь систему)

Многознающий, концептуальный, отрешенный, остроумный, наблюдающий и аналитичный.

Фокус внимания – логика, мышление, когнитивное развитие, знания, создание концепций и невовлеченность в дела людей и ситуации.

Задача заключается в том, чтобы узнать, как разрешить свободному потоку энергии жизни освежить и оживить себя вместо того, чтобы свести к минимуму эмоциональные и физические потребности для экономии энергии.

Талант – гений понимания сложных систем и обладатель глубоких знаний.

Тип 6 – Лоялист, конформист (стремящийся защитить систему)

Преданный делу, предчувствующий опасности, внимательный и надежный.

Фокус внимания – исполнение долга, семейные и традиционные ценности, поддержание порядка и защита сообщества.

Задача – преобразовать гиперчувствительность, основанную на страхе, и потенциальное стремление перестраховаться и защититься в чувство глубинного доверия.

Талант – способность войти в сонастроенность с окружающими энергиями и системами.

Тип 7 – Энтузиаст, эпикурец (стремящийся наслаждаться системой)

Быстрый, остроумный, энергичный, оптимистичный и инновационный.

Фокус внимания – идеи, многозадачность, свобода, позитивность, удовольствия и развлечения, импровизация.

Задача – развивать устойчивость, стабильность и целенаправленность, развивать эмоциональную приверженность к долгосрочным проектам и отношениям.

Талант – молниеносная способность улавливать идеи, видение визионера и дар убеждения.

Тип 8 – Босс, хозяин (стремящийся руководить системой)

Откровенный, прямой, основательный, не боящийся конфронтации и мощный.

Фокус внимания – великие свершения, доминировать, защищать, владеть, лидерство, слава и контроль ситуации.

Задача заключается в том, чтобы культивировать внутреннюю чувствительность, восприимчивость, гибкость и тонкость.

Талант – способность решительно отстаивать личный идеал справедливости и оставаться решительным и мужественным в любой трудной ситуации.

Тип 9 – Миротворец, дипломат (стремящийся к гармонии и безконфликтности в системе)

Безмятежный, непритязательный, спокойный, мечтательный и миролюбивый.

Фокус внимания – поддержание мира, экология отношений, согласие, единение, универсальные ценности, наслаждение отношениями и беззаботность.

Задача – научиться быть более осознающим, энергичным и ассертивным.

Талант – способность слышать сердце и принимать мир и людей.

Изначально эннеаграмма рассматривалась как инструмент интеграции человека и осознания своего предназначения, но под влиянием западных психологов она превратилась в инструмент разделения и изучения личности.

Эннеаграмма древних мудрецов была строго ориентирована на процесс самореализации.

Когда Оскар Ичазо со своими последователями начали использовать эннеаграмму, связанную с процессом, в качестве инструмента изучения типов личности, они объединили теорию энергетических центров как фокусов восприятия с личностной эннеаграммой и разработали теорию личности.

Одним из выводов психоаналитически ориентированных психологов является мысль о том, что можно выделить девять типов личности, каждый из которых «принадлежит» определенному центру. Так эннеаграмма стала применяться как инструмент психотипирования.

Это значит то, что каждый из центров является доминирующим для трех из девяти типов эннеаграммы.

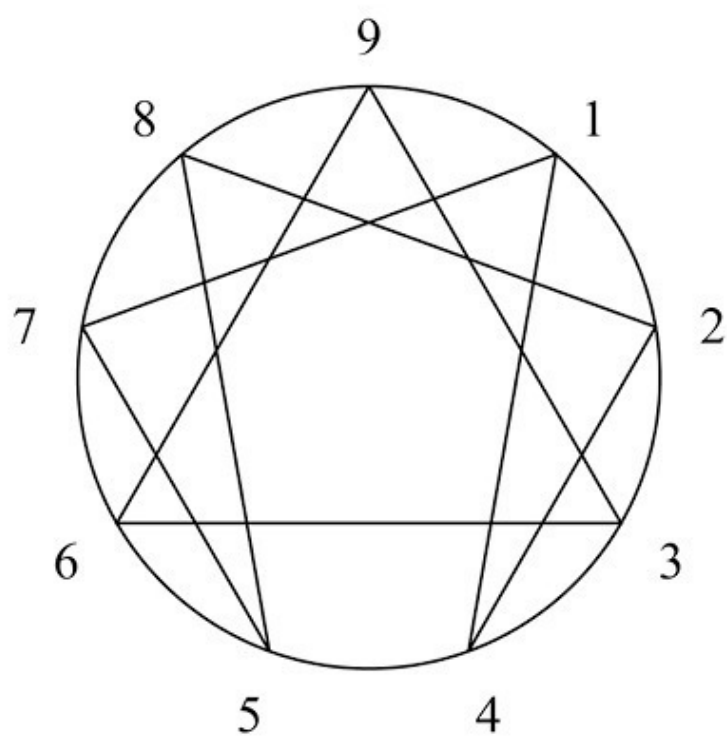
Девять точек, которые соответствуют каждому центру, называются триадой:

Энергия этих точек – естественность, стойкость, непритязательность, сила. Люди, чья основа покоится в точках 8, 9 или 1, обладают потенциалом, который тесно связан с мудростью тела и с естественными жизненными ритмами. Доминирует соматический интеллект. *Точки 8 9 1: Триада телесного центра.*

Энергия этих точек – эмоциональность, эмпатия и межличностные отношения. Люди, чья основа покоится в точках 2, 3 или 4, обладают потенциалом, который тесно связан с эмоциональными состояниями окружающих и чувством широты жизни. Доминирует эмоциональный интеллект. *Точки 2 3 4: Триада сердечного центра.*

Энергия этих точек – познание, системность и творчество. Люди, чья основа покоится в точках 5, 6 или 7, обладают потенциалом, который тесно связан с мыслительной деятельностью, обработкой информации и созданием новых знаний. Доминирует когнитивный интеллект. *Точки 5 6 7: Триада головного центра.*⁵

⁵ См. также работы, например: Gardner, Howard. Multiple Intelligences: New Horizons in Theory and Practice, Basic Books, 2006, Demetriou, Andreas & Raftopoulos, Athanassios, Cognitive Developmental Change: Theories, Models and Measurement, Cambridge University Press, 2005.



Структура книги

Основная часть книги состоит из девяти частей, каждая из которых посвящена одному из эннеатипов.

1. Описание эннеатипа

– *Сильные стороны (таланты, дары, силы).*

– *Возможные области для развития*

Многие людей, не зная о своих талантах, упускают возможность реализовать свои способности и предназначение. Подход эннеаграммы состоит в том, что каждый человек обладает с рождения выдающимися индивидуальными способностями. Эта одаренность в какой-либо области, присущая индивиду от рождения, осознанная и развитая до высокой степени, обеспечивает человеку возможность наиболее успешно выполнять ту или иную деятельность. Исследователи эннеаграммы считают, что лучше развивать свои сильные стороны вместо того, чтобы пытаться улучшить слабые.

2. Мотивационные динамики

– *Ценностные приоритеты.*

– *Потребности.*

– *Основные желания.*

– *Основные страхи.*

– *Поведение в стрессе и в комфорте.*

– *Влияние соседних типов.*

– *Восприятие себя.*

– *Препятствия для развития целостности.*

– *Возможные архетипы.*

Эннеатипы не являются статическими: они отражают наши изменения с течением времени. Кроме того, последовательность типов и расположение внутренних линий символа не являются произвольными. Внутренние линии эннеаграммы соединяют типы в последовательности, которая показывает, какие модели поведения будут проявляться в человеке в состоянии стресса, усталости и дезинтеграции, а также в состоянии комфорта, в ресурсном состоянии.

В комфорте у типа 1 проявляются модели поведения типа 7, у типа 7 модели поведения типа 5 и так далее согласно последовательности 1-7-5-8-2-4-1 и 9-3-6-9.

В стрессе у типа 1 проявляются модели поведения типа 4, у типа 4 модели типа 2 и так далее согласно последовательности 1-4-2-8-5-7-1 и 9-6-3-9.

Ричард Ризо отмечает, что цель состоит в том, чтобы «двигаться» по эннеаграмме, объединяя то, что символизирует каждый тип, и приобретая здоровые потенциалы всех типов. Идеал состоит в том, чтобы стать сбалансированным, который может опираться на силу каждого типа. Каждый из типов эннеаграммы символизирует различные важные аспекты того, что нам нужно для раскрытия своего потенциала.⁶

Никто не относится к чистому типу по эннеаграмме: каждый из нас – уникальная смесь базового типа с обычно одним из двух типов, которые расположены рядом по окружности эннеаграммы. Эти типы, смежные с базовым типом, называются крыльями. **Влияние соседних типов:**

Базовый тип полностью оказывает преобладающее влияние на вашу личность, в то время как крыло придает ему завершенность и добавляет важные, часто противоречащие, элементы

⁶ Riso, Don Richard & Hudson, Russ. Personality Types. – Boston, MA: Houghton Mifflin, 1996.

личности. Ваше крыло – это ваша «оборотная сторона», которую обязательно нужно учитывать для лучшего понимания самого себя или кого-то другого.

Каждый тип представляет собой энергетическую ценностно-мотивационную матрицу. Согласно модели эннеаграммы соседние типы (крылья, фаланги) оказывают особое воздействие на тип. Подобное воздействие может исходить от человека, культуры, команды, несущей подобные ценностные архетипы.

Крыло дополняет основной тип и добавляет важные, иногда противоречивые, элементы к вашей личности. Крыло – это «вторая сторона» вашей личности, и это нужно учитывать, чтобы лучше понять себя или других. Хотя теория двух оказывающих влияние крыльев применима к некоторым людям, у большинства людей есть одно доминирующее крыло.

Архетип (от греч. *archetipos* – первообраз) – центральное понятие аналитической психологии Юнга. Архетип – способ связи глубинных образов, переходящих из поколения в поколение. Согласно Юнгу архетипы представляют собой метаструктуры человеческой психики, которые скрыты в коллективном бессознательном, общем для всего человечества. Юнг признал, что на его концептуализацию архетипа повлияла теория эйдосов Платона. Архетипы наследуются подобно тому, как наследуется строение тела. Архетипы задают общую структуру личности и последовательность образов, всплывающих в сознании при пробуждении творческой активности, поэтому духовная жизнь несет на себе архетипический отпечаток. **Возможные архетипы:**

3. Теневая сторона

– *Паттерны, стереотипы мышления, отпечатки, реакции защиты.*

– *Неосознаваемые предубеждения.*

. – *Порок, страсть*

Карл. Г. Юнг отмечал, что человек полярен. Каждому полюсу противостоит антиполюс. Такими полюсами могут быть разум и чувство, любовь и ненависть, дисциплина и беспорядок, боязнь и доверие, мужчина и женщина, дух и плоть. Если человек живет, осознавая только один полюс, а другой, подавляя, то антиполюс становится «тенью». ⁷

Тень – психический материал, который был вытеснен из человеческого сознания.

Тень имеет очень большой потенциал.

Весь материал, составляющий негативное содержание тени: ярость, похоть, гнев... – при бессознательном отношении может вызвать разрушительные последствия, но при осознании приведет к открытию новых источников энергии.

Осознание тени представляет собой начальный период самоисследования. Незамечание и вытеснение тени, как и отождествление с ней, могут приводить к расщеплению личности. Именно через тень, архетипы, представляющие коллективные представления, актуализируются для конкретного человека. Практика целостности требуют, чтобы человек сознательно взял на себя руководство своей тенью. ⁸

Страсти / фиксации / добродетели

Страсти – это традиционные грехи, связанные с каждым типом, а фиксации описывают нездоровые мыслительные паттерны, возникающие в результате этих страстей. Однако по мере того, как каждый тип становится все более осознанным, они могут начать проявлять добродетели, которые противодействуют этим страстям.

Единицы борются с гневом и фиксация происходит на обиде, но могут научиться демонстрировать добродетель безмятежности.

⁷ См., например: C. G. Jung. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. – London 1996.

⁸ Abrams, Jeremiah, and Connie Zweig. *Meeting the Shadow: The Hidden Power of the Dark Side of Human Nature*. – Tarcher, 1991.

Двойки борются с гордостью и фиксация происходит на лести, но могут научиться демонстрировать добродетель смирения.

Тройки борются с лживостью и фиксация происходит на тщеславии, но могут научиться демонстрировать добродетель истины.

Четверки борются с завистью и фиксация происходит на меланхолии, но могут научиться демонстрировать добродетель невозмутимости.

Пятерки борются со скупостью и фиксация происходит на скаредности (стремлением удержать), но могут научиться демонстрировать силу непривязанности.

Шестерки борются со страхом и фиксация происходит на трусости, но могут научиться демонстрировать силу мужества.

Семерки борются с ненасытностью и фиксация происходит на прожектерстве, но могут научиться демонстрировать силу воздержания.

Восьмерки борются с похотью и фиксация происходит на мести, но могут научиться демонстрировать добродетель невинности.

Девятки борются с прокрастинацией (откладыванием важных дел на потом) и фиксация происходит на лени и праздности, но могут научиться демонстрировать силу действия.

4. Стиль в работе

- *Ценностные приоритеты в деятельности.*
- *Сильные стороны.*
- *Зоны развития.*
- *Что мотивирует в организации.*
- *Что демотивирует.*

Технология эннеаграммы помогает определить свойственные для каждого типа особенности поведения в командной деятельности, отношения, сильные и слабые стороны. Понимая и принимая способности и таланты каждой личности, правильно распределив роли в команде, можно достичь потрясающих результатов и преодолеть все негативные динамики.

Эннеаграмма – это психологическая модель, уже десятки лет помогающая тысячам компаний по всему миру строить успешные команды.

Эннеаграмма позволяет:

- Значительно улучшить взаимодействие между лидерами и командами;
- Наиболее полно проявить способности и качества сотрудников;
- Наилучшим образом использовать качества сотрудников в выбранных сферах;
- Увеличить эмоциональную компетентность каждого сотрудника и компании как организма в целом.

В экспертном заключении команды EIBN Benchmark Team говорится «Ощутимые результаты появляются в течение 6 месяцев применения метода Эннеаграммы, однако на установление устойчивых изменений, как правило, необходимо больше времени – от одного года. Тем не менее, всем известно, что только регулярные занятия приносят максимальную пользу. Чем дольше Вы применяете в своей практике Эннеаграмму, тем более легким и естественным становится ее применение, и тем больше пользы она приносит Вам и организации».

5. Потенциал лидерства

- *Парадигма лидерства*
- *Величайший дар этого типа.*
- *Сильные стороны.*
- *Что мешает быть лидером.*
- *Развивающие идеи.*
- *Управление карьерой.*

Лидер – это человек пользующееся большим, признанным авторитетом, обладающий влиянием, которое проявляется как управляющие действия. Он играет центральную роль в достижении организационных целей и регулировании взаимоотношений в группе.

В психологии менеджмента приняты различные классификации лидеров:

- по содержанию деятельности (лидер-вдохновитель и лидер-исполнитель);
- по характеру деятельности (ситуативное лидерство);
- по направленности деятельности;
- по формальному и неформальному влиянию

Технология эннеаграммы классифицирует стили лидерства на основе конституциональных особенностей лидера, определяемых его предназначением, потенциалом и ценностными приоритетами.

В последние несколько лет осознанность и другие подходы к самосознанию начали преобразовывать общество. В деловом мире все более широко признается, что самый прямой путь к успеху заключается в принятии практик, которые активно способствуют развитию самосознания лидеров, социальных навыков и эмоционального интеллекта. Эннеаграмма обеспечивает путь к самосознанию. Предоставляя чрезвычайно подробные и точные описания девяти узнаваемых личностей, эннеаграмма является непревзойденным инструментом, который деловые люди могут использовать для расшифровки загадок, связанных с пониманием того, почему люди делают то, что они делают, почему возникают конфликты с некоторыми людьми и как выработать правильную стратегию в эпоху турбулентности.

Индивидуальность, призвание и предназначение – ключевые факторы при выборе карьеры. Очень важно знать, какая область применения профессиональных навыков вам благоприятна, однако правильно подобрать себе подходящую сферу деятельности поможет также и знание того, каких отраслей следует избегать.

6. Отношения

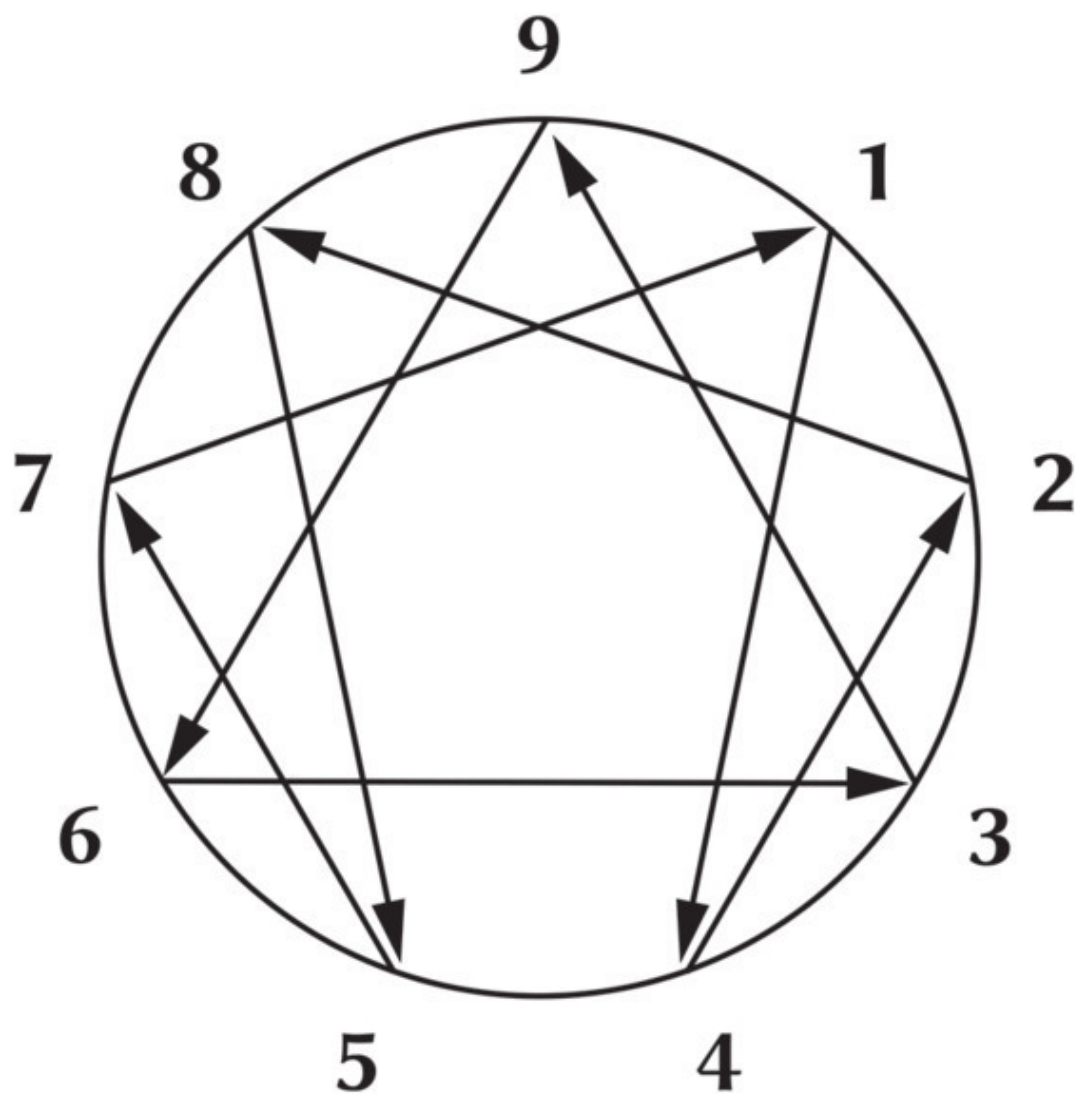
- *Что привлекает тип в отношениях.*
- *Что мешает эннеатипу в отношениях и общении.*
- *Стиль речи.*

Понимая свой тип личности и психодинамики тех людей, с которыми вы взаимодействуете в семье и на работе, вы можете выстроить эффективные и гармоничные отношения, способствующие максимальному раскрытию вашего потенциала.⁹

7. Основная цель и стратегия успеха

- *Предназначение.*
- *Ключи к осознанию предназначения.*
- *Добродетель, способствующая исполнению предназначения.*
- *Путь развития.*

⁹ Подробно об отношениях различных типов людей на основе модели эннеаграммы говорится в книге С. М. Неаполитанского «Эннеаграмма гармоничных отношений». – С.-Пб., Институт метафизики, 2019.



Раздел 1

Тип 1. Перфекционист

1.1. Описание типа

Доминирующий центр – телесный.

Ответственный, самокритичный, точный, щепетильный, педантичный, идеалистичный, амбициозный, респектабельный, надежный, аккуратный и благородный.

Фокус внимания направлен на справедливость, честь, напряженную работу и на то, как делать вещи правильно.

Задача заключается в том, чтобы расслабиться, отдохнуть, научиться получать удовольствие и видеть совершенство в вещах, как они есть.

Талант состоит в способности работать во имя цели с большой сосредоточенностью, организованностью и целостностью.

Сильные стороны

- трудолюбие, честность,
- дисциплинированность, обостренное чувство долга,
- обязательность, упорядоченность,
- ответственность, основательность,
- надежность и компетентность,
- достоинство, организованность, добросовестность,
- целостность, собранность, сдержанность,
- пунктуальность, стабильность, предсказуемость,
- уравновешенность, воля,
- высокий локус внутреннего контроля,
- принципиальность.

Возможные слабые стороны

- скрытый гнев;
- ригидность;
- подсознательное самоосуждение;
- скрытая неуверенность в себе на фоне экзистенциального самодовольства;
- раздражительность, придирчивость;
- сложно адаптироваться;
- недостаток пластичности;
- конформизм;
- их раздражают люди, которые не соблюдают правил;
- сложно принимать новое;
- догматизм, мелочность;
- напряженность.

1.2. Мотивационные динамики

Ценностные приоритеты

- упорядоченность;
- благодать;
- бдительность;
- воздержание, самоконтроль.

Потребности

- быть безупречным;
- служить примером для окружающих;
- утверждать справедливость.

Основные желания

- быть правым и добиться признания;
- быть идеальным;
- быть целостным.

Основные страхи

- страх дисбаланса;
- быть плохим или неполноценным, некомпетентным, ошибиться;
- страх неуважения;
- страх болезней;
- страх потери имени;
- эмоции подавлены и перенаправлены в телесную активность.

Добродетель

- спокойствие, умиротворенность;
- терпение.

В стрессе

- Проявляются паттерны поведения 4-го типа.
- теряет чувство собственного достоинства;
 - труднее скрывать эмоции;
 - усиливается самообвинение, нерешительность;
 - в то же время, он начинает осознавать эмоции других людей, а также то, как они воспринимают его поведение;
 - самоконтроль по отношению к собственным «ненужным» импульсам.

В комфорте

В состоянии силы, безопасности, на пути интеграции начинают проявляться модели поведения 7-го типа:

- появляется множество идей, получает радость от работы;
- больше драйва, спонтанности, легкости;
- освобождается от обременительной озабоченности доводить все до совершенства;
- становится легче принимать все, как есть;
- избавляется от мании самосовершенствования.

Влияние соседних типов

Каждый тип представляет собой энергетическую ценностно-мотивационную матрицу. Согласно модели эннеаграммы соседние типы 9 и 2 (крылья, фаланги) оказывают особое воздействие на тип 1. Подобное воздействие может исходить от человека, культуры, команды, несущей подобные ценностные архетипы.

– Под влиянием энергии «крыла» 9 у «единиц» появляется расслабленность, они начинают ценить совершенство природы.

– Под влиянием энергии «крыла» 2 «единицы» становятся щедрыми, общительными, сосредоточенными на оказании помощи другим.

Восприятие себя

- этичный, высокоморальный, имеющий высокие идеалы;
- рациональный, принципиальный, ответственный;
- точный, дисциплинированный.

Препятствия для развития целостности

В лучших проявлениях тип 1 – олицетворение целостности. Это их сильная сторона. Однако ментальные конструкции и карты, определяющие высокие стандарты, могут не соответствовать реальности. Из-за стремления жить по таким высоким стандартам им приходится отвергать реакции, поведение и эмоции, несоответствующими им. Тогда отвергнутые эмоции перемещаются в теневую сторону личности. И возникает расщепленность и нарушение внутреннего единства.

Целостность:

- приносит единство и согласованность;
- несет с собой чувство собственного достоинства, внутреннюю силу, четкость и ясность;
- позволяет следить за тем, чтобы мысли, слова и поступки, объединяясь в единое целое, несли в себе ясность и имели четкие цели;
- наделяет человека «стержнем».

Согласно Юнгу, целостность соответствует здоровью, одновременно представляя потенциал и способность. Отсюда достижение целостности можно рассматривать как цель или назначение жизни. Для Юнга целостность больше означала «полноту», нежели «совершенство».

В ценностно-нравственном аспекте целостность соотносится с честностью, устремленностью, аутентичностью, принципиальностью, ответственностью, волей, верой, самоидентичностью, твердостью характера, убежденностью, перфекционизмом.

У представителей типа 1 часто недостаточно психологической пластичности. Недостаток пластичности приводит к ригидности (от лат. *rigidus* – жесткий, твердый). В психологии ригидность – неготовность к изменениям программы действия в соответствии с новыми ситуационными требованиями. Различают когнитивную, мотивационную и аффективную ригидность.

Пластичность – это способность к трансформации, экспансии, расширению и увеличению, принятию новых чувств; способность адаптироваться к изменениям внешней и внутренней среды, улавливать и попадать в ритм жизни.

Недостаток пластичности проявляется в потере человеком ощущения вкуса жизни. Для руководителя пластичность – это способность чувствовать среду, тренды, умение быстро реагировать на изменения рынка.

Чтобы обрести пластичность, «единицам» следует принять себя во всем многообразии и прощать себя, если их дела и чувства не всегда согласуются с их стандартами. Это позволит им интегрироваться и больше принимать других.

Возможные архетипы

Пилигрим, пуританин, экзаменатор, пионер, поселенец, ремесленник, аскет, самоотреченный монах, иерофант, социальный арбитр, дрессировщик, педант, миссионер, протестант, евангелист, пророк Ветхого Завета.

1.3. Теневая сторона

Паттерны, стереотипы мышления, отпечатки, реакции защиты, вытесненные эмоции

- осуждение;
- динамика: контроль – агрессия;
- неудовлетворенность выражается через критику людей и ситуаций;
- планирование, структурирование и организация задач, исходя из привычных обстоятельств. Испытывают стресс, если эти обстоятельства меняются, и планы не реализуются;
- застывшая картинка реальности;
- хотят добиться признания через совершенство выполнения, но из-за того, что они очень много работают, им редко удается расслабиться и насладиться радостями жизни;
- привязанность к ожиданиям;
- стремление разделять реальность – это совершенно, это несовершенно, это черное, это белое, это хорошо, это плохо;
- жертвовать своей жизнью ради своих верований и идей;
- после вспышек несдержанности упрекают себя за эмоциональное несовершенство;
- излишний эмоциональный контроль приводит к эмоциональной скованности и зажатости;
- стремление структурировать, иерархизировать даже тончайшие движения души приводит к излишней ментальности и неспособности слышать сердце;
- мало удовлетворены собой и редко испытывают радость;
- стремятся к улучшению мира, но постоянно боятся совершить ошибку;
- подавление чувств становится причиной болезни.
- лицемерие, гиперкритицизм;
- внутренний голос становится внутренним критиком, а внутренний критик осуждает и контролирует их эмоции и потребности;
- склонны требовать, чтобы близкие, окружающие и подчиненные должны быть правильными, достойными и хорошими согласно его представлениям об этом.
- чувства удерживаются в теле и становятся причиной болезни.

Неосознаваемые предубеждения

- тенденция искать или интерпретировать информацию таким образом, чтобы подтвердить имевшиеся заранее концепции; переоценка значимости собственного мнения и выбора;
- недооценка бездействия;
- тенденция бессознательно полагать, что другие люди разделяют те же, что и субъект, мысли, верования, ценности и позиции;
- тенденция объяснять поведение других людей их личностными качествами, недооценивая ситуационные факторы;
- беспрерывное проговаривание своих мыслей о том, что кажется истинным;
- склонны считать, что запись некоего закона означает его реальное существование;
- тенденция смотреть на вещи согласно правилам, общепринятым для своей профессии, отбрасывая более общую точку зрения.

Порок, страсть

гнев, ярость, обида.

– *гнев – как следствие неудовлетворенности несоответствием того, что происходит в действительности от идеальной картины мира, сформировавшейся в уме. Он может варьироваться от беспокойности до яростного гнева.*

– *раздражение, когда поведение людей, особенно близких и подчиненных, не соответствует его представлениям о том, как надо себя вести.*

1.4. Стил в работе

Технология эннеаграммы помогает определить свойственные для каждого типа особенности поведения в командной деятельности, отношения, сильные и слабые стороны. Понимая и принимая способности и таланты каждой личности, правильно распределив роли в команде, можно достичь потрясающих результатов и преодолеть все негативные динамики.

- Для типа 1 предпочтительные отношения в команде – с ответственными и компетентными членами команды;
 - они приносят рациональную строгость и ясность в планирование и обсуждения;
 - не любят менять установленные правила игры;
 - стремятся к технологическому и процессному совершенству;
 - для них важны структура и четкие зоны ответственности;
 - у них высокая эмоциональная и физическая выносливость;
 - верность компании;
 - контролируют собственные эмоции, разрешая только небольшому количеству выплеснуться наружу;
 - несбалансированность в отношении семья-работа;
 - долго принимают решения из-за опасения, что сами не знают более правильный и подходящий путь;
 - входят в стресс и становятся раздраженными, когда чувствуют, что не оценивают их стандарты и идеалы, подвергают их необоснованной и несправедливой критике;
 - умело переводят абстрактные идеи в поэтапный план;
 - фокус внимания на операционном совершенстве;
 - разрабатывают стандарты, политики, регламенты, системы контроля, процессы, функционалы и стараются их придерживаться;
 - для них важно соблюдение этикета, принятое в их сообществе – дисциплина, внешний вид, правила, форматы отношений, уважение;
 - предпочитают действия чувствам;
 - уважают иерархию и авторитет;
 - ожидают достойного вознаграждения за труды, но не будут просить об этом;
 - им сложно принять ответственность за чужие ошибки.

Ценностные приоритеты в работе

В деятельности обычно считают важными следующие точки опоры и ценностные приоритеты:

- ответственность;
- честность, порядочность;
- компетентность;
- профессионализм;
- надежность;
- устойчивость;
- стабильность;
- баланс, порядок.

Что важно:

- четкость, стройность, логичность, системность,
- таблицы, схемы, структуры, алгоритмы,
- анализ, основательность,

- инструктировать, систематизировать, упорядочивать,
- предусмотреть, просчитать, планировать, действовать строго по плану,
- соблюдать дисциплину, контролировать выполнение, проверять;
- доводить до совершенства, выполнить обещание (чего бы это ни стоило), сдержать слово.

Сильные стороны в деятельности

- рациональный, организованный, практичный;
- принципиальный, целеустремленный;
- ориентирован на улучшение;
- хорошо владеет собой;
- хорошие наставники и воспитатели;
- хорошо подстраиваются под систему, в которой работают;
- приоритетно качество и высокие стандарты;
- фокусируются на деталях и обычно улучшают и рационализируют процесс работы;
- склонны учить других тому, как стать лучше, быть более эффективными и делать все правильно;
- в своих лучших проявлениях они могут принимать мудрые решения, а также являются хорошим образцом этичного и ответственного поведения;
- берутся за любое задание, но, прежде чем приступить к решению проблемы, тщательно прорабатывают план действий и рассматривают каждую возможность;
- им нравится брать на себя большую ответственность, а, приняв решение, они забывают обо всем остальном;
- бережное и ответственное отношение к ресурсам;
- хорошо удается разрабатывать стандарты, правила, системы, благодаря которым можно добиться совершенства и повысить эффективность.

Возможные слабые стороны в деятельности

- будучи хорошо организованными и аккуратными, они часто недовольны собой и другими;
- они не любят расточительство и неряшливость;
- могут дойти и до микроменеджмента, и до постоянной разрушающей критики;
- сложно делегировать полномочия;
- очень высокий уровень требований к окружающим;
- сложно адаптируются к изменениям ситуации;
- «зацикливаются» на деталях и тонкостях проработки идей;
- могут ограничивать креативность, созданием жестких рамок и правил и требованием их выполнения;
- жесткий контроль за соблюдением инструкций и правил приводит к бюрократичности;
- испытывает трудности с импровизацией.

Что мотивирует в организации

- вдохновляются ясными и реалистичными целями;
- точно определенный функционал;
- высокие этические стандарты;
- четкая постановка задач;

- положительный имидж компании;
- доброе имя владельцев компании;
- наличие полномочий;
- отсутствие вмешательства со стороны руководителя;
- четкие временные рамки;
- признание профессиональных заслуг.

Что демотивирует

- ощущение несправедливости вознаграждения;
- большое количество выявленных недочетов, которые необходимо быстро исправить;
- инструкции, которые можно трактовать по-разному;
- противоречивые поручения;
- размытость должностных обязанностей;
- коррупция и несоответствие поведения руководства заявленным ценностям;
- сомнение в их профессионализме и эффективности.

1.5. Потенциал лидерства

Парадигма лидерства

Надо установить четкие цели и вдохновлять других для достижения самого высокого качества.

Величайший дар этого типа

- стремление к совершенству процессов и качества,
- способность учить своим примером,
- самодисциплина и целостность (слова не расходятся с делами).

Сильные стороны

- вдохновляют примером;
- стремление к качеству;
- честность;
- практичность;
- последовательность;
- организованность.

Слабые стороны

- раздражительность;
- чрезмерная критичность;
- обороняется, когда критикуют;
- часто не осознает глубокий гнев;
- сфокусирован на деталях;
- мелочный контроль;
- формализм, переходящий в бюрократизм;
- упрямство, нетерпимость;
- навязывание своего мнения.

Управление карьерой

– «Единицы» хорошо себя чувствует там, где есть постоянство, устойчивость и структурированность. Если нет структуры или иерархии, «единицы» будут рады создать ее.

– «Единицы» обладают невероятной способностью запоминать факты, полезную информацию; они весьма наблюдательны. Они видят, что не так, и готовы это исправить. Они редко ошибаются, когда дело доходит до деталей. Но обыденная работа в офисе им часто не подходит. Однако если им понравится офисная работа, они там будут процветать и станут отличными функционерами, потому что они очень организованы и последовательны.

– «Единицы» преуспевают там, где есть ясные, четкие правила, возможность продвижения, карьерный рост и целеустремленные коллеги, с которыми «единицам» было бы удобно работать.

– Идеальным занятием для таких людей может быть работа, смысл которой соответствует их высоким моральным качествам, которая способствует улучшению качества жизни других людей.

Успешно реализуют свой потенциал, как:

- менеджер, администратор;
- бухгалтер, финансист;
- законотворец, судья, юрист;
- адвокат («единицы» – лучшие адвокаты среди всех типов из-за своего острого внимания и склонности все детализировать);
- программист и т. п.

Индивидуальность, призвание и предназначение – ключевые факторы при выборе карьеры. Очень важно знать, какая область применения профессиональных навыков вам благоприятна, однако правильно подобрать себе подходящую сферу деятельности поможет также и знание того, каких отраслей следует избегать.

«Единицы» нуждаются в гарантированной работе. Они прекрасно работают с деталями, устанавливая ошибки, добираясь до сути, понимая, что не так. Они подходят для тех мест, которые учитывают все это. Что-либо открытое, где есть слишком большая потребность в творческом потенциале и импровизации, для «единиц» не подходит. Им нравится занимать руководящие должности, где присутствуют твердые принципы и ясность.

Представителям типа 1 бывает сложно реализовать свой потенциал в богемной, артистической среде. Им сложно там, где царит чрезмерная нравственная эластичность, где много спонтанности.

1.6. Отношения

У представителей типа 1 часто возникают проблемы доверия в отношениях между собой и внешним миром. Они считают, что другие им будут доверять только в том случае, если у них нет недостатков. От этого испытывают необходимость постоянно себя улучшать, чтобы соответствовать тем ожиданиям, которые, как они считают, предъявляют к ним другие.

Что привлекает тип 1 в отношениях

- совместные цели и ценности;
- равноправие;
- уважение к их картине мира и принципам;
- честность;
- прямота.
- честность, прямота;
- четкость, структурированность;
- способность к рациональному и конструктивному диалогу;
- щедро делятся своими компетенциями;
- вдохновенное повествование, если слушатели принимают его идеи;
- склонность к наставничеству и манеры учителя;
- корректность с подчиненными, достоинство с начальствующими, внимательность с близкими;
- сфокусированность на фактах, цифрах и событиях;
- привлекают четкими и логичными суждениями;
- хорошо ориентируются в протоколах и процедурах официальных встреч;
- развито чувство иерархии.

Что мешает типу 1 в отношениях и общении

- склонность исправлять собеседников, придирается к ошибкам, выискивать недочеты в деталях;
- эмоциональная закрытость в общении;
- настаивает на своей правоте, жертвуя отношениями с другими;
- навязывает свою картину мира;
- манипулирует людьми, играя на чувстве вины и недостатках других людей;
- считает, что собеседник должен быть достойным;
- часто тяжелые в общении из-за скрытой обиды и раздражения;
- часто возникают проблемы доверия в отношениях между собой и внешним миром;
- они считают, что другие им будут доверять только в том случае, если у них нет недостатков. От этого испытывают необходимость постоянно себя улучшать, чтобы соответствовать тем ожиданиям, которые, как они считают, предъявляют к ним другие;
- зависимость от взглядов и отношений других.

Стиль речи

- речь похожа на проповедь, поучения;
- точная, прямая, правильная, взвешенная, сухая, бинарная;
- использует такие слова, как – «следует», «должны», «надо исправить», «неправильно»;

- назидательность;
- фокусирует внимание на том, что не правильно по их мнению.

Слоганы

- Совершенство во всем.
- Мы выполняем свои обязательства.
- Сначала дело, а отдых потом.
- Сказал – сделал.

1.7. Основная цель и стратегия успеха

Спектр предназначения

- нести осознание совершенства;
- совершенствоваться и совершенствовать процессы;
- развивать целостность системы;
- выстроить идеальную структуру, упорядоченную систему;
- сделать мир лучшим местом для жизни, благостным и правильным.

Они воспринимают Высшее как совершенство, порядок, благость, целостность и через свою жизнь стремятся проявлять эти качества. Ими руководит ощущение, что в мире недостаточно совершенства, нравственности и упорядоченности.

Ключи к осознанию предназначения

- совершенство;
- честность;
- добродетельность;
- упорядоченность;
- истина;
- целостность.

Добродетель, способствующая исполнению предназначения

- спокойствие;
- умиротворенность;
- терпение.

Путь развития

- осознajte, как и когда ваши принципы и стандарты превратились в шаблоны и ограничивающие убеждения;
- помните, что мир и окружающие люди не обязаны соответствовать вашим представлениям и что «карта не территория»;
- позвольте себе выйти за рамки ваших собственных суждений, решений и мнений в мир полный возможностей;
- осознавайте важность принятия реальности: так приходит тип освобождение от стремления всех осуждать, появляется умиротворение и ясность, ведущие к состоянию подлинного существования, в котором все воспринимается как совершенное и подчиненное высшему «порядку»;
- позволяйте себе и окружающим иногда ошибаться;
- позволяйте себе отдохнуть от выстраивания структур и иерархий и получать удовольствия от жизни;
- помните, что негативные эмоции быстро исчезают, когда их принимаешь.

РАЗДЕЛ 2

Тип 2. Заботливый

2.1. Описание типа

Доминирующий центр – эмоциональный.

Сердечный, общительный, заботливый и дружелюбный.

Фокус внимания направлен на людей, отношения, обмен и вовлечение.

Задача – обучение как быть эмоционально независимым и делиться без ожидания награды.

Талант – эмоциональная чуткость к потребностям других людей.

Другие названия типа 2: альтруист, помощник, заботливый служитель.

Сильные стороны

- самый большой дар – способность к эмпатии и умение слушать других людей;
- талант увидеть способности и возможности других людей;
- способность видеть в других лучшее;
- талант находить именно то, что может помочь и положительно повлиять на их жизнь;
- самоотдача, общительность, готовность помочь;
- готовы делиться, и открывать новое;
- внимательность, интуитивность;
- саморефлексия базируется на том, «как меня оценивают окружающие»;
- очень внимательны к окружающим;
- помогают, чтобы заслужить одобрение.

Возможные области для развития

- возбудимость, впечатлительность, навязчивость;
- неразборчивость, привычка вовлекаться не в свои дела;
- недисциплинированность;
- недоверие своим сильным сторонам;
- обидчивость, самобичевание;
- скрытое стремление к повышенному вниманию к своей персоне;
- сложно обратиться за помощью и выразить свои потребности.

2.2. Мотивационные динамики

Ценностные приоритеты

- благодарность;
- сострадание;
- милосердие;
- смирение.

Потребности

- чувствовать себя необходимым для существования кого-либо;
- стремление избежать признания собственных потребностей, разочарования и злости.

Основные желания

- чувствовать любовь;
- быть любимым и востребованным.

Основные страхи

- быть нелюбимым, ненужным, нежеланным;
- быть отвергнутым;
- не получать одобрения;
- быть одиноким.

Страх вызывает чувство ограниченности, зависимости из-за того, что должен постоянно давать другим, а сам не имеет свободы.

В стрессе

На пути стресса и дезинтеграции у «двоек» начинают проявляться черты 8-го типа

- становятся упрямыми, резкими, злыми, жадными и даже мстительными;
- четко понимают, что им нужно, чего хотят, и начинают управлять ситуацией через манипуляцию и лукавство.

В комфорте

В состоянии силы, безопасности, на пути интеграции начинают проявляться модели поведения 4-го типа.

- истинное благородство и смирение;
- стремятся проявить творчество, спонтанность и индивидуальность;
- легче осознают, что для них важно;
- начинают ценить близость.

Влияние соседних типов

Каждый тип представляет собой энергетическую ценностно-мотивационную матрицу. Согласно модели эннеаграммы соседние типы 1 и 3 (крылья, фаланги) оказывают особое воздействие на тип 2. Подобное воздействие может исходить от человека, культуры, команды, несущей подобные ценностные архетипы.

Под влиянием энергии «крыла» 1 появляется дисциплинированность, целостность и стремление к совершенству. В отношениях появляется упорядоченность и структурированность, ответственность за поступки. Становится серьезным, рациональным, правильно оценивает свои ресурсы. Ориентируется на результат, а не на процесс.

Под влиянием энергии «крыла» 3 появляется способность добиваться успеха, увлечь и заинтересовать людей, которых можно использовать в своих проектах, отличные собиратели спонсорской помощи и пожертвований. Им следует быть внимательным, чтоб скрытая гордость не превратилась в заметное для всех тщеславие. Им важно, кому они помогают. Возникает желание отрекламировать свое служение, выгодно преподнести свою доброту.

Восприятие себя

- чуткий, поддерживающий,
- заботливый, ласковый,
- хороший друг, бескорыстный,
- великодушный, искренний, добронамеренный.

Препятствия для развития целостности

Чувство раздражения, когда кто-то предлагает вам сделать что-то неподобающее вашим представлениям о целостности или сомневается в вашей целостности;

- отдавать свою собственную целостность в руки других людей;
- постоянное подстраивание под других нарушает целостность;
- сомнение, отказ от своих убеждений ради угождения другим.

Когда вы можете полностью доверять самому себе, будет гораздо проще принимать отрицательную обратную связь, и решать использовать или не использовать, в зависимости от ее точности.

Возможные архетипы

Мать, кормилица, воспитатель, заботливый, даритель, лучший друг, вечная любовница, милосердный самаритянин, спасатель, благодетель, подвижник, святой, социальный Networker, посол, власть за троном.

2.3. Теневая сторона

Паттерны, стереотипы мышления, отпечатки, реакции защиты

- лесть, угождение, комплименты;
- желание показать значимость собеседника, чтобы добиться его расположения;
- парадоксальная зависимость от благодарности – хочется получить плату за свои деяния, но не хочется показывать это;
- ловко подстраиваются под других людей;
- сложно обратиться за помощью и выражать свои потребности;
- чувство вины, если приходится просить (например, то, что заработал или дал в долг).

Неосознаваемые предубеждения

- запретить собственные нужды;
- манипуляции;
- тенденция подстраиваться;
- быть добрым напоказ;
- любить всех проще, чем одного;
- потеря фокуса приводит распылению ресурсов и времени;
- сомнения («может я принес вред своей помощью»);
- чувство вины – не смог всем помочь;
- боязнь надоесть своей помощью;
- часто неосознанно хотят слиться с другими, чтобы достичь одобрения, теряя границы между собой и другими людьми.

Порок, страсть

- Гордыня (как основное негативное качество) – спесь, чванство, самодовольство, тщеславие.
- Расщепление добродетели: смирение напоказ, от ума – самопренебрежение, подобострастие, бездумная покорность, непротивление злу.

2.4. Стилъ в работе

Технология эннеаграммы помогает определить свойственные для каждого типа особенности поведения в командной деятельности, отношения, сильные и слабые стороны. Понимая и принимая способности и таланты каждой личности, правильно распределив роли в команде, можно достичь потрясающих результатов и преодолеть все негативные динамики.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.