

2021학년도 1학기
심리검사 진단도구 **에니어그램** 소개

에니어그램 소개

💓 기본적으로 인간 성격의 근간을 장(본능) 중심, 가슴(감정) 중심, 머리(사고) 중심의 3가지로 보고 이를 에너지와 생명력의 근원 요소로 봅니다.

✓ 3가지 에너지 중심에 각 3개의 유형을 나누고 이를 토대로 9가지 유형으로 나눕니다.

✓ 행동, 사고, 정서가 9가지 유형에 따라 어떻게 나타나는지 살펴봅니다.

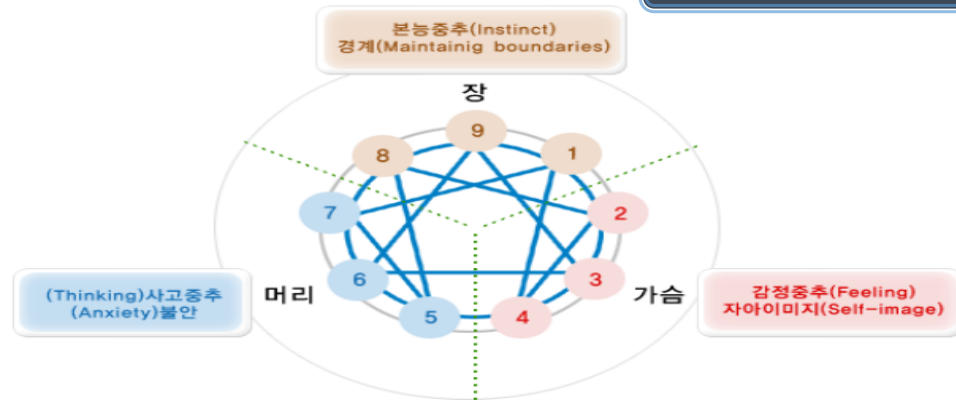
✓ 스트레스 상황일 때와 창의력이 높을 때의 양상을 살펴보고 강점과 약점을 확인합니다.

✓ 이를 통해 자기이해뿐만 아니라 타인과의 인간관계를 맺는 방식 등을 알아볼 수 있으며 보완 가능한 유형과 미래상을 살펴볼 수 있습니다.

✓ 자기 관찰 -> 자기 이해 -> 자기 변형의 단계를 거쳐 자아 통합을 이루어 가며 더불어 타인과의 관계 양상에 대한 수용을 통해 자기성찰이 가능할 수 있습니다.

※그림1,2 참고

에니어그램의 중심과 유형



구분	가슴	머리	장
현대의학	수질(limbic system) = 감정	대뇌피질(cerebral) = 사고	근뇌(root brain) = 본능
관심사	거짓 자아와 자아이미지 사랑	전략과 신념	환경저항 및 통제
문제	정체성과 적대감	불안과 불안정	분노와 억압
추구	주의	안전	독립성
감정	수치심	두려움	분노

그림1) 에너지의 중심



그림2) 에니어그램의 9가지 유형



에니어그램 훈련의 목적

- (1) 우리 자신을 찾게 하고 자기 인식의 행로를 확실히 하며, 갈등과 혼란에서 벗어나는 방법을 찾아 절망의 순간에서 희망을 품도록 해줍니다.
- (2) 우리의 삶, 즉 에너지의 균형을 이루게 하고 참된 자기를 발견하도록 안내하며 궁극적으로 스스로의 통찰의 지혜를 통해 마음의 평화(심리적 자유)를 얻음
- (3) 인간 본성을 이해함으로써 인격 함양과 타인과의 인간관계를 개선
- (4) 내적 여정을 통해 자신 속에 있는 무한한 잠재능력을 개발하고, 자기 집착을 통합적인 성숙의 원리로 전화하여 전인을 형성
- (5) 자기 내면의 비밀스러운 보배가 어디 있는지를 발견케 하는 보물 지도로, 건강한 자아실현을 도모
- (6) 억압으로부터 자신을 해방함으로써 지식 개발 및 자기 혁신의 도구로 활용함은 물론 가정, 교육, 조직, 경영 및 인사 분야 등에서 성장의 도구로 활용