Når det indlysende står i skyggen af skyggen



- det er ikke kønt, når hovmod står for fald

Var engang deltager på en workshop om skyggesider. Ikke fordi jeg ikke kender til skyggearbejde - det er, hvad jeg har undervist i på forskellig vis siden 1998, men mere for at blive inspireret.

Jeg var ellers ikke motiveret for at tage af sted, da jeg var træt og uoplagt og i et ”hold dig på 10 skridts afstand af mig” humør – eller lad mig sige det således, det var den mere arrogante og ufleksible udgave af mig, der var i førersædet. Det er som regel ikke den bedste udgave at deltage i en workshop med, vil jeg gerne lige understrege.

Det var nu ikke fordi, nogen havde tvunget armen om på ryggen af mig, for at jeg skulle melde mig til, det havde jeg gjort ganske frivilligt, helt af mig selv. Der var bare en anden udgave af mig til stede, da jeg meldte mig til – du ved den udgave, der synes, det er godt at deltage på udvalgte workshops og seminarer for både at lære nyt samt huske på, hvordan det er selv at være deltager.

Lærte jeg så noget?

Da den ellers kompetente underviser afslutningsvis spurgte, om der var nogen, der havde fået noget med hjem, tænkte jeg arrogant ved mig selv: "Ja men ikke noget, jeg ikke vidste i forvejen". På det tidspunkt var det sandheden, fordi jeg, i min indbildskhed og ikke mindst hovmodighed, endnu ikke havde fået øje på, hvor stort et udbytte jeg i virkeligheden havde fået. Hvilket er yderst interessant set i lyset af, jeg altid gør en dyd ud af at fortælle mine kursister, at det altid er muligt at få noget nyt med hjem, hvis bare man har øje for det.

Hvorfor kunne jeg så ikke se, hvilke gaver jeg havde fået? Kunne det have noget at gøre med, jeg på forhånd havde nogle forventninger omkring, hvad og hvordan mit udbytte skulle se ud? At mine forventninger fungerede som en slags målestok for, om jeg fik noget brugbart ud af workshoppen? I farten var jeg i hvert fald så fokuseret på at måle indfrielsen af mine forventninger, at jeg overså gaverne.

Hvor svært kan det være?

For at afdække skyggen lavede vi blandt andet en øvelse, der gik ud på, at vi til en anden deltager skulle fortælle navnet på en eller to kendte personer, vi havde en aversion i mod. Jeg gentager lige – vi skulle fortælle navnet på en eller to kendte personer, vi havde en aversion i mod, og dette var øvelsen. Det lyder i al sin enkelhed ganske ukompliceret, og man skulle tro, at det også var enkelt. Underviseren gentog oven i købet øvelsen 2 gange for ikke at efterlade nogen tvivl hos deltagerne omkring opgaven.

Nu var det bare sådan, at hver gang min makker fortalte navnet på hendes aversion, tog jeg det som mit stikord til at fortælle hende, hvordan mit forhold til hendes valgte person var totalt anderledes. Havde jeg forstået opgaven – nej, det havde jeg ikke. Og hvor spændende var det mon lige for min makker at få at vide, at hun var fuldstændig forkert på den, når hun kærligt og velvilligt delte ud af sine aversioner i læringens tjeneste. Hun tog det nu meget pænt og lod sig ikke mærke med, både mine manglende evner for at forstå en så forholdsvis simpel opgave, samt min totale selvoptagethed, idet jeg fik alt til at dreje sig om mig og mine meninger.

Genkendelighed

Kender jeg dette fra andre steder i mit liv – ja, det tror jeg vist godt, jeg kan nikke genkendende til. Gad vide om jeg så har lært det nu, eller er der mon stadig en risiko for (minimal naturligvis), at jeg igen falder i med begge ben? Må hellere skrive en liste til mig selv.

Huskeliste til selv

1. **Lyt til**, hvad der bliver sagt, og ikke til hvad du tror, der bliver sagt
2. **Husk**, du kan lære en hel del mere ved at lytte, end ved at tale
3. **Slip** din selvoptagethed og giv plads til nye indsigter
4. **Hold fokus** på det du får, frem for det du ikke får, så kan du kun blive glædeligt overrasket
5. **Styr dit ego** - du er IKKE verdens centrum

Det var alt for nu, tak for dine øjne.

Kærlige hilsner

Britta

PS. På vores Enneagram Master og Business Coach uddannelse [1], arbejder vi en del med både vores passioner og vores skyggesider.

Tør du lære om dine?

Her kan du læse lidt om hvordan Enneagrammet fremmer forståelsen [2].

Tags: NLP [3]
Skyggesider [4]
Enneagram [5]
Metaforer [6]
Uddannelse [7]
Fleksiba [8]

(FlexBiz Partner)
Danshøjvej 52 B, DK-2500 Valby

Copyright © Flexible Business Group, 2013-2026.
Kilde-URL: https://mail.enneagramfocus.dk/blogs/nar-det-indlysende-star-i-skyggen-af-skyggen

Links
[1] https://mail.enneagramfocus.dk/enneagram-master-business-coach
[2] https://mail.enneagramfocus.dk/enneagrammet-fremmer-forstaelsen
[3] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/nlp
[4] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/skyggesider
[5] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/enneagram
[6] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/metaforer
[7] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/uddannelse
[8] https://mail.enneagramfocus.dk/tags/fleksiba