

# Du nervst!

**Vertiefungstag zum ENNEAGRAMM**

**Bern, Brunngasse 26, 1. OG**

Clublokal des SAC, Nähe Zytglogge

Leitung: Marianne Vogel Kopp

**Samstag, 17. August 2019, 13 bis 18:30 Uhr**



# Du nervst!

Es ist inzwischen Allgemeinwissen, dass uns andere auf die Nerven gehen, weil sie sich so verhalten, wie wir es auch gern täten, aber es uns unbewusst verklemmen. Diesen zentrale Abwehrmechanismus besitzen wir alle: Unbewusst übertragen wir eigene unliebsame Affekte oder Impulse auf ein Gegenüber, weil sie uns Angst machen oder Scham und Schuldgefühle auslösen.

Wir wissen meist auch, **dass jede starke emotionale Reaktion auf ein eigenes Schattenthema hinweist.**

Zu unserem „Schatten“ zählen wir alle Charakterzüge, die wir ablehnen und daher verdrängen. Wir sind überzeugt, dass sie unakzeptabel sind, völlig nicht in Ordnung, einfach schrecklich und abscheulich.

Alles also, **was uns an anderen nervt**, existiert als negative Eigenschaft erst einmal in uns selbst. Wir sind nun einmal Menschen mit hellen und dunklen Seiten.

Ziel ist es, diese Projektion auf andere zurückzunehmen, sich selbst zu akzeptieren auch mit diesen schwierigen Anteilen. Das ist schon viel, **denn allein die Idee, dass die Faulheit, Unzuverlässigkeit oder Aggression von Herrn oder Frau XY etwas mit uns zu tun haben könnte, empört oder scheint absurd!**

Indem wir das als zu uns gehörig betrachten, was wir am meisten fürchten oder hassen, übernehmen wir die ganze Verantwortung für unser Leben. Das ist sehr heilend und versöhnend. Es verändert unsere Beziehungen entscheidend

## **Kursort**

Brunngasse 36, 1. OG, 3011 Bern

Clublokal des Berner SAC, zu Fuss zu erreichen, ungefähr zwischen Zytglogge und Rathaus



## **Kursdatum**

Samstag, 17. August 2019, 13:00 bis 18:30 Uhr

## **Voraussetzung**

Gute Grundkenntnisse des Enneagramm-Modells

## **Leitung**

Marianne Vogel Kopp, Theologin aus Hondrich/Spiez

## **Verpflegung**

Getränke und Snacks sind vorhanden

## **Kosten**

Fr. 50.- (der Betrag wird am Kurstag eingezogen)

## **Teilnehmer**

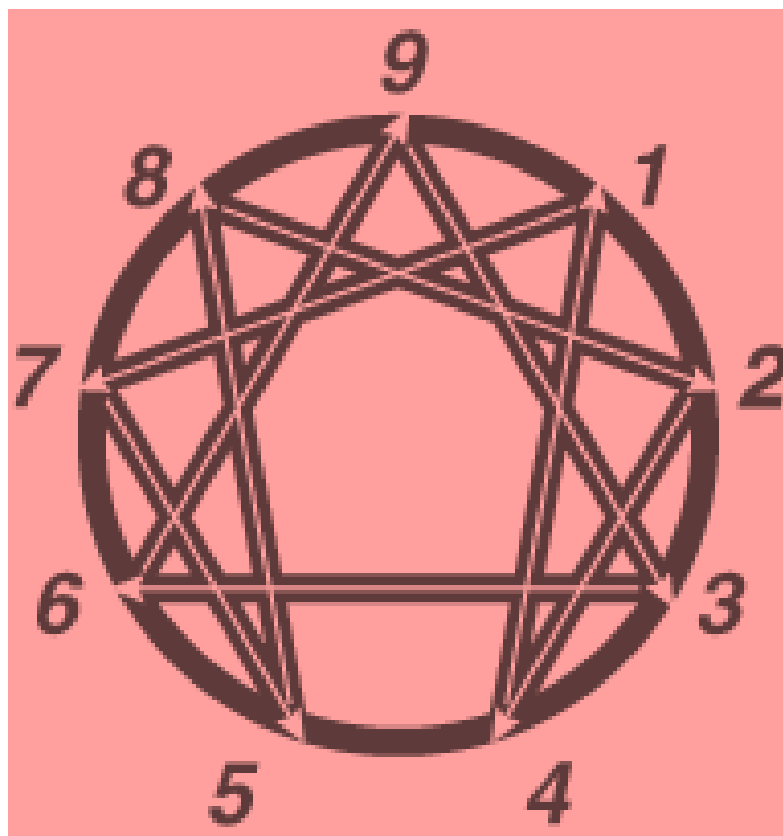
maximal 25 Personen,  
nach Eingang der Anmeldung berücksichtigt

## **Auskunft und Anmeldung**

### **bis 2019**

direkt bei Marianne Vogel Kopp: 033 654 70 18 / 079 622 11 84

oder: [marianne.vogel@vogelkopp.ch](mailto:marianne.vogel@vogelkopp.ch)



**Die Projektionen seiner selbst sollte man sorgsam  
in sich einarbeiten und im Anschluss  
gewinnbringend verwerten können.**

Michel Wollman, Philosoph