



ENNEAGRAMM
FORUM
SCHWEIZ

Mitteilungen Veranstaltungen Weiterbildungsangebote

Rundbrief No. 1 / 2012

www.enneagramm-forum.ch

Geschätztes Mitglied,

zum achten Mal im 11-jährigen Bestehen des EFchs findet am 5. Mai in Luzern unsere **Sommertagung** statt. Wie bereits angekündigt konnten wir Caro Tille, eine begeisterte und vielgefragte Enneagramm-Referentin aus Deutschland gewinnen. Aus logistischen Gründen musste der Anmeldetermin relativ früh angelegt werden. Falls du oder jemand aus deinem Bekanntenkreis noch kurzfristig eine Teilnahmemöglichkeit siehst, bitte im Sekretariat (siehe Kontakt unten) melden.

Dank einiger engagierter Mitglieder konnte ich wieder einen interessanten Rundbrief zusammenstellen und wünsche viel Vergnügen beim Lesen.

Eva Overtveld-Meier, Redaktion

Treffen der 3 Vorstände EMT - ÖAE und EFch vom 24.März 2012 in Zürich

Es ist bereits unser drittes Treffen. Die Stimmung in den Räumlichkeiten der VBG am Zeltweg 18 war sehr familiär. Ruth Maria Michel war unsere Gastgeberin



von links: Bernhard Linner (EMT), Ruth Niederbäumer (EFch), Renate Jäggli (EFch), Lydia Schaller (EFch), Doris Wetzig (ÖAE), Ruth Maria Michel (ÖAE), André Häring (EFch), Eva Overtveld (EFch)

und hat uns wieder verwöhnt. In der Austauschrunde zu Beginn der Tagung mussten wir zur Kenntnis nehmen, dass im Vorstand des EMT ein Personenwechsel ansteht. Es treten gleich drei Vorstandsmitglieder zurück. Der Wechsel wird auch eine Neuausrichtung zur Folge haben. Alternativen dazu werden zurzeit geprüft. Auch Doris Wetzig, Vorstandspräsidentin vom ÖAE, sieht ihren Einsatz nur noch für die nächsten zwei Jahre.

Die Tagungen und Angebote in allen Vereinen laufen gut. Die Jahrestagung vom Juni 2012 des ÖAE mit Susanne Zürcher ist bereits heute ausgebucht.

Auf unserer gemeinsam geplanten Homepage geht es um das deutschsprachige Enneagramm-Netzwerk. Die Adressen lauten: **www.enneagrammnetz.eu** sowie **www.enneagramm-netz.eu**. Wir freuen uns, auf dieser Homepage auch die Österreicher mit dabei zu haben. Um die Vernetzung im europäischen Raum besser sichtbar und spürbar zu machen, werden wir im Jahr 2013 eine gemeinsame Tagung organisieren. Das Datum, 31.Mai–2.Juni 2013, haben wir bereits festgelegt. Als Tagungsort würde sich die Tagungsstätte Wildbad in D-Rothenburg eignen, dort sind genügend und grosse Räumlichkeiten vorhanden. Zum geplanten Thema KOMMUNIKATION sind wir nun daran, ReferentenInnen zu finden. Wenn sich jemand von euch Lesern angesprochen fühlt, oder eine Idee für einen ReferentenIn hat, melde man dies doch bitte dem Sekretariat.

Weiter nahmen wir die Idee eines Europäischen Enneagramm-Kongresses im Jahr 2014 zur Kenntnis, welche von Pamela Michaelis angeregt wird. Eine Beteiligung von unserer Seite erachten wir als selbstverständlich. Wir würden uns sehr darüber freuen, wenn ein solcher Kongress stattfinden könnte. Die entsprechenden Entwicklungen werden wir weiter verfolgen.

Lydia Schaller-Hasler, Vorstandspräsidentin

Impressum

Herausgeber: Vorstand Enneagramm-Forum Schweiz, E-Mail: vorstand@enneagramm-forum.ch

Redaktion: Eva Overtveld-Meier, Auf der Rütli 2, 8906 Bonstetten, E-Mail: sekretariat@enneagramm-forum.ch

Erscheint: 2x jährlich / **Nächster Redaktionsschluss: 29. Oktober 2012**

Jahresbeitrag: Einzelmitgliedschaft Fr. 70.- / Paare Fr. 100.- (PC 87-396170-6, Enneagramm-Forum Schweiz)

DEMUT UND MUT - Ein ungleiches Paar, das miteinander verbunden bleibt

Vor der Mitgliederversammlung des Forums trafen wir uns mit Barbara Hugentobler zu einem Workshop über Demut.

Nach einem Dankeswort von Lydia bereitet Barbara den Raum mit einer geführten Meditation vor, die sich auf die Zentren bezieht.

Wir nähern uns Gott, indem wir uns mit Himmel und Erde verbinden. Die Energie im Bauchzentrum bereitet die Intuition auf. Die Energie im Herzzentrum stärkt die innere Balance. Die Energie im Kopfbereich verbreitet Wissen. Der Atem hilft los zu lassen, sich einlassen in den heutigen Moment – zu den inneren Aufgaben, verbunden mit den Impulsen zur DEMUT. Ich bin da, da bin ich in einer demütigen Haltung. Ich kann loslassen und Vertrauen fassen mit dem Text des Gebets von Niklaus von der Flüe.

Mut und Demut hängen zusammen. Demut spricht mit leisen Tönen.

Der eine achte den anderen höher als sich selbst, sagt Paulus. Das lateinische Wort für Demut ist Humilitas. Humus ist Erde. Werden wir wieder erdverbunden, so werden wir auch mitmenschlich.

Freunde wollen Hiob von Gott abbringen. Hiob bleibt sich selbst treu, wird demütig und geht mutig seinen beschwerlichen Weg.



Es folgt die Einzelarbeit über das, was für jede(n) von uns „Demut“ heisst. Als Hilfe bekommen wir einen Zettel, auf dem unsere Vermeidungen erwähnt sind. Wir können nur zur Demut kommen, indem es uns bewusst wird, was wir

vermeiden wollen. Es braucht viel Mut, uns mit den typenspezifischen Vermeidungen auseinander zu setzen.

Wir teilen uns jetzt nach Gruppen auf, und da die Bauchgruppe sehr gross ist, verteilt sie sich in zwei Untergruppen.

Barbara verteilt an jede Gruppe Zettel mit Bibeltexten, die für unsere Zentren wichtig sind und uns zeigen, wo wir demütig werden können. Sie geht zu jeder einzelnen Gruppe mit je einem Satz aus dem Gebet von Niklaus von der Flüe.

Zuerst geht sie zur *Herzgruppe-Beziehungsbereich*:

Herr und mein Gott, nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.

Der Text für die Gruppe ist aus Genesis 27, Vers 18ff und Genesis 32, Vers 23 ff.

Im ersten Text lesen wir, wie Jakob seinen blinden Vater betrügt, um zu seinem Erstgeburtsrecht zu kommen.

Im zweiten Text lesen wir, wie Jakob, ehe er sich mit seinem Bruder Esau trifft, mit einem „Mann“ kämpft, der ihn nicht überwinden kann und sein Hüftgelenk ausrenkt. Wenn der Mann gehen will, lässt Jakob ihn nicht gehen, es sei denn, er segnet ihn. Der Mann fragt, wie Jakob heisst. Jakob antwortet „Jakob“ (Jakob heisst „Betrüger“). Der Mann sagt, dass er von nun an „Israel“ heissen wird, was „Gottesstreiter“ bedeutet. Jakob fragt nach seinem Namen. Der Mann geht nicht darauf ein, stattdessen segnet er ihn.

Als nächstes kommt die *Kopfgruppe-Wissensbereich*: Herr und mein Gott, gib alles mir, was mich fördert zu dir

Text aus Lukas 1, Vers 30: Die Berührung der Maria: Und der Engel sprach zu ihr: fürchte dich nicht, denn du hast Gnade gefunden bei Gott.

Lukas 2, Vers 19: Die Aufgabe der Maria: Maria behielt alle diese Worte und bewegte sie in ihrem Herzen.

Bauchgruppe-Körperbereich:

Herr und mein Gott, nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir.

Der Text steht in der Apostelgeschichte 9 am Anfang: Paulus wütet gegen die Anhänger des neuen Glaubens und will Briefe der Synagogen in Damaskus, die ihm Vollmacht geben, diese Menschen gefesselt nach Jerusalem zu führen. Unterwegs nach Damaskus erscheint ihm Jesus in einem gleissenden Licht, das ihn blendet. Auf die Frage, wer die Erscheinung ist, antwortet eine Stimme: „Ich bin Jesus, den du verfolgst“. Nachher folgt die radikale Umkehr von Saulus zu Paulus und er lässt sich taufen.

Es wurden in allen Gruppen lebendige Gespräche geführt. Wo können wir uns selber finden und was könnte unser Weg in die Demut sein?

Mit einem kurzen Abschlussritual beendet Barbara diesen tiefen und beglückenden Workshop.

Uns allen wünsche ich einen mutigen Weg zur Demut.

Danke Barbara!

Bericht: Ank Kienast, EFch-Mitglied

Foto: Denise Rüegg-Scotoni, EFch-Mitglied

Vertiefungsworkshop mit Gabriela von Witzleben vom 21. Januar 2012 in Zürich

Am Tag nach der EFch Mitgliederversammlung sind gegen 30 Personen nochmals ins Centrum 66 gekommen, um mehr von Gabrielas Enneagramm-ansatz zu vernehmen.

Für solche, die an der letzten Sommertagung nicht dabei gewesen waren, mochte es vielleicht schwierig sein, dem vorgelegten Tempo zu folgen.

Die gleichen Themen und Inhalte von damals wurden vertieft wieder aufgenommen und anstehende Fragen geklärt. Die ausgedehnten Energieübungen fanden nicht bei allen Anklang. Das Beachten der Energiepole von Bauch – Herz – Kopf erachtet Gabriela von Witzleben als sehr wichtig, um die wahre Struktur zu erkennen, denn unser ganzes Potential liegt in unserer richtigen Struktur. Aus ihrem Praxisleben kennt sie viele Menschen, die sich in einem falschen Typ sehen. Die Sozialisation im Familiensystem kann die Struktur/den Enneagrammtyp verfälschen, das betonte Gabriela erneut. So kann es zum Beispiel besonders für 8er Frauen oder 2er Männer der älteren Generation schwierig sein, wirklich ihren Typ zu leben.

Die Enneagrammstruktur ist nach Gabriela angeboren und nicht erworben. So ist die zugehörige Grundangst strukturell bedingt und nicht auflösbar. Dadurch ist vor allem an den unveränderlichen Grundthemen von Angst, Bedürfnis, Abwehrmechanismen der Typ erkennbar, auch wenn er verschleiert, deformiert oder überlagert ist. Dazu machte Gabriela viele, lebendige Beispiele. Der Enneagrammtyp kann nie aufgehoben werden; es geht darum, wie er gelebt

wird. Dabei kann sein Aggregatzustand sich je nach Situation in Erstarrung, Flucht oder Verteidigung /Angriff befinden. Alle Energiezentren sollen dem Menschen zur Verfügung stehen:

Bauch = Autonomie – Raum – Handlung

Herz = Beziehung – Gefühl – Kontakt

Kopf = Sicherheit – Überblick – Orientierung

Zu beachten ist auch: Welche Stimme spricht? Ist ein Mensch im Alterszustand des Kindes, des Teenagers, des Mannes, der Frau?



Ein spannender Ansatz war „Enneagramm und Individualstruktur“. Wenn der sogenannte „Fahnenträger“ im Fokus und in der Wirkung ist, ist alles klar betreffend Typ. Ist der Fahnenträger nicht im Fokus aber in der Wirkung, können andere helfen, die Struktur zu finden. Wenn der Fahnenträger in der Opposition oder Verban-

nung ist, z.B. aus biografischen Gründen, zeigt sich die Struktur nur sporadisch und unstimmig. Dann gilt es anzusehen, wer/was auch noch dahinter steckt. Der Fahnenträger kann auch infiziert sein von Überzeugungen und Glaubenssätzen von anderen. Dies ist ein schwieriger Zustand, der jedoch behandelt werden kann.

Abschliessend fasste Gabriela die Entwicklungsschritte zusammen: Den Fokus erweitern und sich in allen drei Energiezentren bewegen, um aus der Fixierung heraus zu kommen. Sein Grundbedürfnis sollte man in sich selber finden, und die Grundangst kommt auch aus einem selbst. Die „richtige“ Enneagrammstruktur ist die grösste Herausforderung zum Wachstum. Liebe – Bewusstheit / Glaube – Wahrhaftigkeit / Hoffnung – Vertrauen, Innerer Beobachter – Kamera des Bewusstseins helfen zur Entwicklung.

Die Einzelübung mit einem Teilnehmer zur Personalisierung von inneren Anteilen dauerte lange und brachte den nicht direkt Beteiligten schliesslich nicht sehr viel. Wertvoll war jedoch der persönliche Austausch untereinander, wozu an Ort in der Mittagspause mit Suppe und Brötli, Kafi und Kuchen reichlich Gelegenheit war. Wiederum trafen sozusagen postwendend die Flipchartprotokolle von Gabriela von Witzleben bei denen ein, die sie gewünscht hatten.

Margrit Brem-Frey, EFch-Mitglied

Steckbrief: Renate Jäggli-Baumann

*Geburtsdatum: 15. Oktober 1946
Zivilstand: verheiratet, 2 erwachsene Kinder, 1 Grosskind
Wohnort: Fribourg
Beruf: Physiotherapeutin/Körper-Therapeutin, pensioniert, noch einzelne KlientInnen privat
Enneagrammtyp: 9*



Wie bin ich auf das Enneagramm aufmerksam geworden?

Mein Mann brachte das erste Buch von Richard Rohr und Andreas Ebert kurz nach dessen Erscheinen nach Hause. Ich habe es sofort verschlungen, ebenso viele

andere Enneagrammbücher, ich war beinahe süchtig. Ein Einführungskurs bestätigte meinen vermuteten Typ 9. Ich war in verschiedenen Enneagrammgruppen, besuchte Kurse bei verschiedenen „Meistern“.

Wie und wo wendest du das Enneagramm an?

Zuerst einmal für mich selber. Das Enneagramm war ein hilfreicher Schlüssel zu zentralen Themen, mit denen ich teilweise schon über den Körper in Kontakt gekommen war. Jetzt konnte ich sie einordnen, sah den roten Faden in meinem Leben. Mich so erkannt zu sehen, war einerseits schmerzhaft, aber auch erlösend.

Für mein Leben und für meinen Beruf als Physiotherapeutin/Körpertherapeutin war die Kombination von drei Standbeinen - erworben durch Weiterbildungen - wichtig:

In der Psychotonik (Eutonie, Atemtherapie) nach Glaser habe ich gelernt: in der Begegnung, wenn ich aus mir herausgehe, mich ausweite auf den anderen, lerne ich mich selber und den anderen kennen. Als Therapeutin ist mein Angebot von guten Beziehungsqualitäten - bei Berührung und Bewegung Raumqualitäten genannt - zentral. Ich nenne sie heilsamen Zwischenraum.

Auch im personenzentrierten Gespräch nach C.Rogers stehen die Beziehungsqualitäten im Mittelpunkt: einfühlsames, akzeptierendes Verstehen des anderen, aber auch von mir selbst. Ziele sind u.a., dass KlientInnen sich so selber besser verstehen und akzeptieren lernen, und dass Selbstbild und Fremdbild möglichst kongruent werden.

Das Enneagramm hilft mir zu einem möglichst realen Selbstbild, und zeigt, aus welchen Gründen ich so handle oder - als 9 - nicht handle; ich verstehe mich selber besser. Das Enneagrammwissen hilft mir aber auch, die KlientInnen besser zu verstehen, was mir als Therapeutin am Herzen liegt.

Was magst du besonders am Enneagramm?

Mir gefällt, dass das Enneagramm weit über ein psychologisches Modell hinaus geht. Es zeigt nicht nur meine fixierten Haltungen, sondern auch deren Kehrseite, nämlich meine Entwicklungsmöglichkeiten, meine Talente. Das Enneagramm, verbunden mit meinen christlichen Wurzeln, begleitet mich im Wunsch, mehr so zu werden, wie ich gemeint bin und an etwas teilzuhaben, was das eigne Sein übersteigt. Grosse Bescheidenheit ist angesagt: es gilt die Spannung auszuhalten zwischen dem, was ist und dem, was sein könnte, ohne sie mit Betäubung zuzudecken.

Was liegt dir am Herzen in der Arbeit im Efch-Vorstand?

Mitzuhelfen, das Enneagramm bekannter zu machen und qualitativ gute Weiterbildungen und Vertiefungskurse anzubieten. Die spannende und anregende Zusammenarbeit mit Kennerinnen des Enneagramms aus verschiedenen Berufsfeldern und mit unterschiedlichen Enneagrammfarben motiviert mich.

Renate, ich danke dir für den Einblick in deine persönliche Enneagramm-Entwicklung und -Arbeit. Es freut mich, mit dir als Vorstandsmitglied zusammen zu arbeiten.

Eva Overtveld-Meier, Redaktion

Erstmals in der Schweiz: Ausbildung zum Coach EN

Am 12. Oktober 2012 werden in Luzern die ersten Zertifikate Coach EN in der Schweiz verliehen. Früher wurden in Hamburg bereits Zertifikate Coach EN erteilt (Leitung: Pamela Michaelis und Norbert Hög). Dies bedeutet eine Qualifikation als Coach in Kombination mit dem Persönlichkeitsmodell Enneagramm. Die Absolventinnen und Absolventen dieses Bildungsganges haben dann vier Module zu je drei Tagen besucht, 30 Coachinggespräche unter Supervision moderiert und ein Enneagramm Expert Training von sechs Tagen besucht.

Sie werden sich fragen, was soll dieses zusätzliche Coaching-Ausbildungsangebot. Coachingausbildungen werden ja wie Sand am Meer angeboten. Das Faszinierende an dieser Ausbildung: Sie verbindet das Wissen und die alte Weisheit des Enneagramms mit den wichtigen Methoden des Coachings. André Häring dazu in seiner Masterarbeit Olten 2009: "Für ein gelingendes Coaching gilt es deshalb alle drei Aspekte miteinzubeziehen, also sowohl sich als Coach zu kennen, als auch sein Gegenüber mit Empathie und Akzeptanz in seinem So-sein wahrzunehmen und sich vor Schubladisierungen und Kategorisierungen in Acht zu nehmen. Das Enneagramm ist aus meiner Sicht dazu geeignet, allen diesen Ansprüchen gerecht zu werden."

Unser stärke-orientiertes Coaching nimmt die Gaben aller neun Wahrnehmungsstile, Leidenschaften, Handlungsstrategien und die drei Intelligenzen (Zentren) als Orientierung für das, was wir anbieten haben und für das, was in allen Menschen zu finden ist. Dieser Enneagrammansatz wird ergänzt mit den drei Grundsätzen einer achtungsvollen Haltung der Transaktionsanalyse: Alle Menschen sind in Ordnung (Ich bin ok – du bist ok); alle Menschen können denken (Erwachsenen-Ich); alle Menschen sind für sich selber zuständig (Autonomie). Das stärke-orientierte Coaching wird schliesslich ergänzt mit dem Modell der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg: Alle Form von Gewalt ist ein tragischer Ausdruck unerfüllter Bedürfnisse.

Der Einsatz des 4 Schritte Modells gibt Klarheit und Sicherheit für den Gesprächsaufbau: Wo stehst Du? Was willst Du? Was hindert Dich? Was kannst Du? Systemische Sichtweisen und Werkzeuge bzw. Mechanismen wie Metaphern, Reframing, Teufelskreise, Gegensatzpaare, Inneres Team erweitern das methodische Rüstzeug.

Methodisch ist das Training vielfältig angelegt: Elemente des Coachings und solche des Enneagramms können als Impulse eingeführt und dann in 3er Gruppen geübt werden (Coachee, Coach und Beobachter). Bei allen Übungen und Gesprächstrainings sind für den Coach wichtig, auf die Reflexion der Interaktion zum Coachee, auf den Perspektivenwechsel, die Wahrnehmung und die Sichtweise zu achten.

Die Teilnehmenden, die Norbert Hög und der Schreibende begleiten, sind sehr motiviert und wir staunen, wie gekonnt die Teilnehmenden die Impulse spielend in ihre Coachingkonzepte aufnehmen und Neues mit ihren Erfahrungen verbunden in die Praxis

umsetzen können. Mit zunehmender Übung bilden sich individuelle Coachingstile heraus mit verschiedenen Schwerpunkten, jedoch dem immer gleichen Ziel: die auch versteckten Ressourcen des Coachee bewusst zu machen, seine Autonomie und möglichen Entwicklungen in seinem gewünschten Verhalten zu fördern.

Das nächste Coaching Expert Training beginnt am 28. Februar bis 2. März 2013 mit dem Modul I (Basisthemen). Leitung: Norbert Hög und Marcel Sonderegger.

Marcel Sonderegger, EFCh-Mitglied

Enneagramm – Präsentation in nur einer Stunde

Unter dem Motto: „Lasst die Hirnzellen tanzen“, fand an meinem Wohnort ein Lernfestival statt. Von Feng – Shui, Sprachen, chinesischem Kampfsport, über Wollfilzen, Yoga und noch viel anderem, sollten Interessierte die Möglichkeit bekommen etwas für sie Neues kennen zu lernen und ich erhielt die Anfrage, ob ich unter den vielen Angeboten auch das Enneagramm vorstellen würde.

So sah ich mich vor die Herausforderung gestellt, in einem Schulzimmer der Berufsschule, in nur einer Stunde, dieses für mich so spannende aber auch so komplexe System Interessierten nahe zu bringen, die noch nie etwas davon gehört hatten.

Zuerst dachte ich: „Das ist unmöglich.“ Dann kam mir eine Idee, statt eine Stunde lang einen Vortrag zu halten, was ich langweilig fand, nur eine kurze Einführung von etwa 5 Minuten zu geben.

Entgegen meinen Erwartungen waren mehr Leute gekommen als Stühle im Zimmer. So konnte ich jetzt 9 Vierergruppen machen. Jeder Gruppe gab ich ein Mäppli mit Material zu einem der neun Enneagramm-Mustertypen.

Nun bat ich jede Gruppe, sich anhand des Materials, ihren vorbereiteten Typ im Plenum zu präsentieren. Es schien den Leuten Spass zu machen. Einleitend wies ich darauf hin, dass man immer überzeichnen, karikieren muss, um das Typische hervortreten zu lassen.

Es war spannend und gab viel zu Lachen, als dann die verschiedenen Gruppen ihren Typ darstellten, die einen im Rollenspiel, andere als Karikatur an der Wandtafel, typspezifische Gedanken im Selbstgespräch, im Dialog oder als Zeichnung einer Bilderfolge mit Sprechblasen u. a.

Fazit: Das Unmögliche ist also möglich.

Ruth Niederbäumer, EFCh-Vorstandsmitglied

* * * * *