

Nr. 25
Mai 2004

EnneaForum

Rundbrief des Ökumenischen Arbeitskreises Enneagramm e.V.

Ortswechsel

Prozess-Modell

Enneagramm
und Psychologie

Systemische Arbeit

Erfahrungen

JHV-Impressionen

Ortswechsel

Wohin so schwungvoll? Welcher andere Ort lockt? – Kein Zweifel: Die Person wird den Raum verlassen, in dem sie sich aufhielt, die Schwelle überschreiten, den Ort wechseln.

Ortswechsel – Unzählige Male am Tag wechseln wir die Räume unserer Wohnung, unserer Arbeitsstätte. Das hängt meist mit wechselnden Tätigkeiten zusammen, ist häufig mit wechselnden Begegnungen verbunden. Und jedes Mal sind wir, wie ich meine, auch ein klein bisschen jemand anders: Ob ich im Kinderzimmer die Hausaufgaben der Kinder nachschaue, mit den kirchlichen Mitarbeiterinnen eine Schulung durchführe, mit der Freundin bei Latte Macchiato lache und klöne, versunken in mein Buch im fernen Australien abenteuer oder in der Kantorei meine Stimme in den wunderbaren Vielklang einreihe – das alles bin ich, in vielfältigen Facetten.

Ortswechsel – viele Orte gehören zu meinem Leben, viele Räume hält das Leben für mich bereit. Sie laden mich ein, sie zu betreten, zu erleben, zu gestalten. Viele Räume habe ich durchschritten, viele Orte meiner Lebensgeschichte durchwandert, viele hinter mir gelassen. Ich schloss Türen hinter mir, drückte Türklinken zu neuen Räumen; viele von damals neuen Räume sind mittlerweile längst vertraut. Welche werden mich morgen erwarten?

Ortswechsel sind unvermeidlich. Ortswechsel gibt es nicht umsonst. Ortswechsel lohnen sich. Davon weiß

Hermann Hesse (in: Stufen) ein weises Lied zu singen: „*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten, an keinem wie an einer Heimat hängen ...*“

Nun, Heimat in dieser unstillen, oft ungestaltlichen Welt haben wir wohl bitter nötig, doch als Sofasitzer sind wir wohl nicht geboren. Eher dazu erwählt, die Räume der uns geschenkten Welt zu bebauen und zu bewahren, unseren Platz einzunehmen, unterwegs zu sein zu den Orten und Räumen, in die Gott uns lockt. „*Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*“ Auf diesem Weg werden wir mit Sicherheit von uns selbst weggeführt werden – um uns von dort aus, so weiß das Enneagramm, ganz neu zu erkennen. „*Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*“

Viele Mitglieder des ÖAE haben dies auf der letzten JHV in Mainz eingeübt – mit dem Einnehmen eines anderen Stand-Ortes und dem Entdecken neuer Räume, um sich selbst neu zu entdecken und zu gewinnen. Gute Aussichten also, denn: „*Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...*“

... ob es uns persönlich betrifft
... oder uns als ÖAE, wo es darum geht, neue Räume zu erobern und zu gestalten, uns an Orten zu zeigen, an denen man uns bisher (noch) nicht vermutete, vor allem aber beweglich zu bleiben im Hinblick auf das wunderbare wechselhafte und unverwechselbare (Vereins)leben.

Herzlich grüßt euch



Wege der Transformation Deutschland-Tour mit Richard Rohr 29. Mai – 14. Juni 2005

An Informationen über die Entwicklungen in der Gesellschaft – gerade auch unter den Bedingungen der Globalisierung – mangelt es uns nicht. Wir wissen oft, was falsch läuft, aber es fällt uns schwer, wirkliche Schritte in eine neue Richtung zu gehen. Was kann uns helfen? Welche Kräfte können wir entdecken, die uns dazu befähigen? Der ÖAE hat Richard Rohr für 2005 zu einer Vortrags- und Seminarreise zu diesem Thema eingeladen. Wir versu-

chen die Kosten so gering wie möglich zu halten, damit alle Interessierten die Gelegenheit haben, Richard Rohr zu erleben. Hier ein erster Terminplan: (Evtl.: 25.–29.5. 2005 auf dem Evangelischen Kirchentag in Hannover.
30.5. Lübeck: Vortrag
1.6. Wuppertal: Workshop und Vortrag
2.6. Bonn: Treffen mit dem ACK
3.–5.6. Walberberg: Seminar (s. S. II)
7.–9.6. Schloss Craheim: Seminar
Info/Voranmeldungen bei R. Fincke und U. Peffermann Fincke, Dummersdorfer Str. 2, 23569 Lübeck, Tel. 0451/ 30 12 82, Upeff@aol.com

Inhalt:

- 3 Systemische Arbeit
- 6 Impressionen der JHV Mainz
- 11 Perspektiven d. Enneagramm-Arbeit
- 13 Fortbildung Zwischenbilanz
- 15 Buchbesprechungen
- I–IV Termine und Infos (zum Herausnehmen)
- 18 Enneagramm-Prozess-Modell in der Psychotherapie
- 21 Enneainment
- 22 Probleme lösen mit dem Prozess-Modell
- 25 Phantasiereise
- 26 Leserbriefe
- 28 Einzelne Prozess-Modelle

Vorstand des ÖAE e.V.

- 1. Vorsitzender** Rainer Fincke,
Tel. (04 51) 30 42 92
LeoRagaz@aol.com
- 2. Vorsitzende** Heidi von Wedemeyer
Tel. (0 63 46) 38 49
v.wedemeyer@t-online.de
- Schatzmeister** Werner Lambach
Tel. (0 56 61) 5 04 09
Werner-Lambach@t-online.de
- Päd. Beraterin** Karin Steinberg
Tel. (05 11) 3 53 00 91
info@steinberg-mediation.de
- Schriftführerin**: Cordula Hubrig
Tel. (0 34 91) 41 09 50

Impressum

Herausgeber:
Ökumenischer Arbeitskreis Enneagramm e.V.
Internet: www.öae.de & www.enneaforum.de
Vorsitzender: Pastor Rainer Fincke
Geschäftsstelle: Eveline Schmidt, Ententeich 8
29225 Celle, Tel+Fax (0 51 41) 4 22 34
info@enneaforum.de
Sparkasse Celle, BLZ 257 500 01, Kto 4 006 813

Redaktion:
Claudia Montanus,
Tillmann-Stolz-Str. 32, 57074 Siegen,
Tel. (02 71) 3 30 02 07, Fax (02 71) 3 134 58 92,
claudia.montanus@VR-web.de
Redaktion und Layout: Michael Schlierbach,
Tel. (0 80 35) 8 75 9 30, schlierbach@saccade.de
Bilder S. 1, 25, 32: © Andreas Caspari, Andreas-Caspari@t-online.de
Druck: Rapp-Druck, Flintsbach
Auflage: 750 Exemplare
Probeexemplare und Vertrieb über die Geschäftsstelle.

Enneaforum erscheint halbjährlich (Mai/Nov).
Beiträge und Termine bitte bis 1.3. bzw. 1.9. an die Redaktion.



Systemische Arbeit mit dem Enneagramm

„Faust beklagte, dass er zwei Seelen in seiner Brust habe. Ich habe eine ganze sich zankende Menge. Da geht es zu wie in einer Republik.“ Otto von Bismarck

Die systemische Perspektive

Sicher haben Sie schon erlebt, dass Ihre Gefühle / inneren Reaktionen auf eine Person oder eine Situation – statt klar und eindeutig zu sein – vielschichtig, schwankend oder widersprüchlich sind. So als würden in Ihrem Innern verschiedene Stimmen gleichzeitig sprechen und miteinander streiten –, eine ganze sich zankende Menge‘ wie Bismarck es beschreibt. Da gibt es dann zum Beispiel einen gekränkten neben einem versöhnlichen Anteil oder einen zustimmenden neben einem ablehnenden oder gleichgültigen. Existieren also Vielfalt und Gegensätzlichkeit, die wir im Außen, z.B. in der Familie, in einem Arbeitsteam oder in der Gesellschaft erleben, auch in unserem Innern? Oder, um mit Novalis zu sprechen: Ist jeder Mensch selbst eine kleine Gesellschaft? Aus systemischer Sicht lassen sich diese Fragen mit einem klaren ‚Ja‘ beantworten.

Die systemische Perspektive ist eine bestimmte Betrachtungsweise von Lebensvollzügen und Lebensbezügen:

1. Systemisch gesehen ist der Einzelne einerseits immer auch Teil eines Ganzen und andererseits selbst ein komplexes System.
2. Jedes Ereignis und jeder Teil eines Systems ist mit allen anderen vernetzt – so wie ein Teil eines Mobiles mit allen anderen Teilen in Verbindung steht. Das bedeutet: Bevor ich an einer Stelle ins System eingreifen kann, muss das Zusammenspiel des Ganzen gesehen und verstanden sein.
3. Alle Systeme entfalten ihre Wirklichkeiten durch ihr Innenleben und im Kontakt mit anderen Systemen. Wirklichkeiten in sozialen Systemen werden durch das Denken, Erleben und Handeln der beteiligten Personen geschaffen und diese versuchen, ihre Umwelt selbstverständlich in ihr Verständnis von Wirklichkeit mit einzubeziehen. Das bedeutet: Ich muss die Wirklichkeitsvorstellungen aller Beteiligten verstehen und berücksichtigen.

Wenn wir systemisch denken ist also auch das, was wir als ‚Ich‘ bezeichnen, in Wirklichkeit ein System, das sich aus kleineren Einheiten zusammensetzt. In dem von uns verwendeten Erklärungsmodell der Individualsystemik werden diese kleineren Einheiten als innere Anteile oder auch Innere Personen bezeichnet.

Individualsystemik - Arbeit mit dem Inneren System

Die Individualsystemik wurde von Artho Wittemann aus der Voice-Dialogue-Methode (Hal und Sidra Stone) ent-

wickelt, die darauf basiert, dass man jedem inneren Anteil einen individuellen Platz im Raum zuweisen und ihn dort wie eine eigenständige Person ansprechen und kennenlernen kann.

Die Grundannahmen:

- ◆ In jedem Menschen leben gleichzeitig die unterschiedlichsten Inneren Personen. Manche sind uns bewusst, andere dagegen nicht. Alle gemeinsam bilden sie unser jeweiliges Inneres System.
- ◆ Aus der Vielzahl an möglichen Inneren Personen, die wir potentiell haben, dürfen sich im Laufe unserer Kindheit nur einige vollständig entwickeln.
- ◆ Sie haben (bewusst oder unbewusst) einen dauerhaften und direkten Einfluss auf unser Inneres System und werden auch ‚Hauptstimmen‘ genannt. Diese Hauptstimmen sind in etwa gleichzusetzen mit den im Enneagramm als ‚Muster‘ beschriebenen seelischen Phänomenen.
- ◆ Die Hauptstimmen geben uns Identität und Stabilität und schützen unsere verletzlichen Seiten (‚Innere Kinder‘).
- ◆ In dem Maße, in dem die Hauptstimmen stärker werden und an Einfluss gewinnen, verdrängen sie ganz automatisch andere, z.B. Gegenspieler oder verletzliche Anteile.
- ◆ Je mehr wir uns einer Hauptstimme bewusst werden und uns aus der Identifikation mit ihr lösen, desto mehr Raum entsteht automatisch für unsere verdrängten Stimmen. Die Konsequenz: Das System gerät aus dem Gleichgewicht, die gewohnte Ordnung wird außer Kraft gesetzt.
- ◆ Aus dem ‚Bewusste Ich‘ heraus, das von allen Inneren Personen als übergeordnete Kraft respektiert wird, können wir handelnd und steuernd eingreifen, ohne mit einer der beteiligten Seiten identifiziert zu sein und so unter Berücksichtigung der System-Zusammenhänge und -Wirklichkeiten eine neue Ordnung finden.

Wie lässt sich nun dieses Erklärungsmodell auf das Enneagramm und die dort abgebildeten Erlebens- und Verhaltensmuster übertragen? Und was heißt das für unsere persönliche Entwicklungsarbeit?

Ein Beispiel:

Frau S. leitet seit vielen Jahren eine kirchliche Sozialstation. Sie ist wegen ihrer Herzlichkeit und Aufgeschlossenheit bei Patienten, Kolleginnen und Vorgesetzten gleichermaßen beliebt. Die Zusammenarbeit im Team klappt hervorragend. Frau S. versteht es immer wieder, auch bei scheinbar unveränderbaren Bedürfnissen der Mitarbeiterinnen, zum Beispiel bei der Urlaubsplanung, eine für alle zufriedenstellende Lösung zu finden. Bei Dienstplan-Engpässen springt sie gerne selbst ein. Da wird sie durch eine Krebserkrankung

aus der Bahn geworfen. Die Operation verläuft zwar gut, die Prognose ist günstig, sie braucht keine Bestrahlungen und auch keine Chemotherapie. Aber sie begreift die Krankheit als deutliches Signal, ihre Lebensweise zu ändern: Mehr auf die eigenen Bedürfnisse achten, dem eigenen Leben auch mal die erste Priorität geben, weniger schnell helfen und einspringen, wenn Not ist – das hat sie sich fest vorgenommen. Und obwohl die meisten Menschen in ihrer Umgebung diese neue Lebens-Ausrichtung von Frau S. gutheißen und unterstützen wollen, häufen sich die Probleme: Im Team eskalieren Missverständnisse und Streitigkeiten, der Ehemann meint, sie habe sich durch die Krankheit sehr zu ihrem Nachteil verändert, Frau S. selbst fühlt sich zunehmend angespannt – hin- und hergerissen zwischen Frustration, Ärger (Wut?), Traurigkeit und schlechtem Gewissen. Was ist da los?

In der Beratung zeigt sich bald, dass Frau S. (Enneagramm ZWEI) ihr persönliches Veränderungsprojekt (Bewegung zum Trostpunkt VIER) auf eine sehr aggressive und fordernde Art und Weise betreibt (in der Energie des Stresspunkts ACHT) und untergründig die Menschen in ihrer Umgebung gegen sich aufbringt, was aber kaum jemand offen anspricht.

Wie lassen sich die beschriebenen Phänomene als Bewegungen im Inneren System von Frau S. deuten und darstellen?

Enneagramm-Muster systemisch betrachtet

Stabilität des Inneren Systems durch unbewusste Identifikation mit den Hauptstimmen

Das innere und äußere Leben von Frau S. verläuft über viele Jahre weitgehend ausgeglichen und ruhig. Nicht dass alles glatt geht - natürlich gibt es Sorgen, Zweifel, Ärger oder misslungene Projekte. Natürlich gibt es die Trauer darüber, dass der Kinderwunsch unerfüllt blieb. Aber Frau S. bewältigt auch die Probleme ihres (Seelen-)Lebens gut.

Viele Jahre lang sind die Hauptstimmen ihres Inneren Systems (und ihres äußeren Lebens): eine einfühlsame, menschenfreundliche, hilfsbereite ‚Frau‘ mit großer Herzenswärme sowie ein charmantes, liebezendes ‚Mädchen‘, das in der Vergangenheit den Papi und heute den Ehemann oder den Vorgesetzten für die eigenen Interessen gewinnt und einspannt. Zum Team der Hauptstimmen gehören außerdem ein Perfektionist und ein Antreiber. Beide sorgen mit dafür, dass die Arbeit läuft und dass Frau S. immer genügend positives Feedback bekommt. Diese Hauptstim-

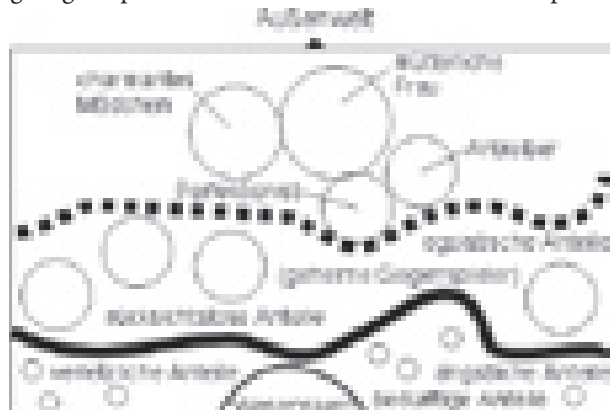


Abb. 1

men geben ihr Identität und Stabilität und verdrängen und bekämpfen erfolgreich alle Inneren Stimmen, die diese Stabilität (vermeintlich) bedrohen. Das können egoistische oder rücksichtslose Anteile („geheime Gegenspieler“), aber auch verletzliche, bedürftige oder ängstliche Anteile sein.

Eine Skizze des Inneren Systems von Frau S. vor der Krise könnte aussehen wie in Abbildung 1.

Destabilisierung des Inneren Systems durch innere oder äußere Einflüsse

Veränderungen der äußeren Lebenssituation (z.B. Arbeitslosigkeit, Ortswechsel, Trennung, Todesfall), auf physischer (Krankheit, Alter) oder psychischer Ebene (spirituelle Krisen, plötzliche Einsichten – z.B. das Erkennen der eigenen Persönlichkeitsstruktur) stören das Gleichgewicht des Inneren Systems, das bisher Stabilität gewährleistet hat. Dieser Stabilitätsverlust wird oft als beängstigend erlebt. Die alte Ordnung gibt es nicht mehr, eine neue ist noch nicht geschaffen worden. Verdrängte oder unterdrückte Anteile drängen nach vorne, neue Erfahrungen wollen zugelassen und integriert werden. Diese Arbeit können die bisherigen Hauptstimmen nicht leisten, das System ‚zieht die Notbremse‘.

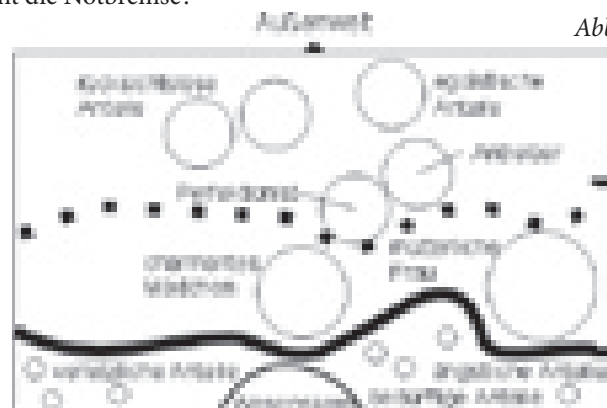


Abb. 2

Im Fall von Frau S. sieht es so aus, als ob der Perfektionist und der Antreiber die Seiten gewechselt haben und nun die Anliegen der egoistischen und der bedürftigen Anteile vertreten. Das hat zur Folge, dass Frau S. durch den Vorsatz, ab jetzt mehr auf sich selbst zu achten innerlich eine ablehnende, feindselige Einstellung ihren beiden wichtigsten inneren Personen gegenüber (hilfsbereite Frau, charmantes Mädchen) entwickelt. Die aggressiv-fordernde Gereiztheit wird zur Hauptstimme – vom Enneagramm her gesehen eine Bewegung Richtung Stresspunkt (ACHT). Wenn diese Veränderung sich verfestigen würde, dann hätte das Innere System von Frau S. zwar eine neue Stabilität gefunden. Aber letztendlich hätte Frau S. keinen konstruktiven Entwicklungsschritt gemacht.

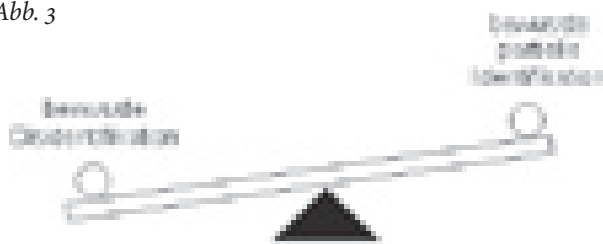
Strukturbildung höherer Ordnung: Der Freiraum und das „Bewusste Ich“

Stellen Sie sich vor, das sich Ihre Inneren Anteile zusammen in einem dunklen Raum befinden. Plötzlich geht die Tür auf, jemand macht das Licht an und fragt: ‚Was macht ihr denn da?‘ Genau das passiert, wenn Sie anfangen, Dinge bewusst wahrzunehmen. Das Bewusstwerden ist der erste Schritt, um aus den automatischen Denk-, Fühl- und

Verhaltensmustern auszusteigen. Bewusstheit alleine reicht allerdings nicht aus – es fehlt die Fähigkeit zu steuern. Wenn Sie aber aus der Bewusstheit heraus erste kleine Schritte in eine neue Richtung gehen, ist das der Beginn eines ‚Bewussten Ich‘. Bildhafte Vergleiche für diesen Ich-Zustand sind „der innere Regisseur“, „der Teamleiter des inneren Teams“, „der Dirigent des inneren Orchesters“. Aus dem Bewussten Ich heraus sind Sie in der Lage, auf neue Weise für Stabilität im Inneren System zu sorgen.

Das Bewusste Ich kann handelnd und steuernd eingreifen, ohne mit einer der beteiligten Seiten identifiziert zu sein (bewusste Disidentifikation: ‚Das ist ein Teil von mir.‘) und ist gleichzeitig bezogen auf diese Anteile (partielle bewusste Identifikation: ‚Das ist ein Teil von mir.‘).

Abb. 3



Zur Arbeit des Bewussten Ich gehört:

- ♦ die inneren Stimmen auf einer tiefen Ebene kennen zu lernen;
- ♦ ihre Wirklichkeitsvorstellungen zu verstehen und zu berücksichtigen;
- ♦ ihre jeweilige Arbeit in ihrer ursprünglichen Bedeutung zu würdigen;
- ♦ Wechselwirkungen mit anderen Anteilen im System zu sehen und zu verstehen;
- ♦ sie aus dem Freiraum heraus situations- und bedarfsorientiert zu steuern;

In unserem Beispiel:

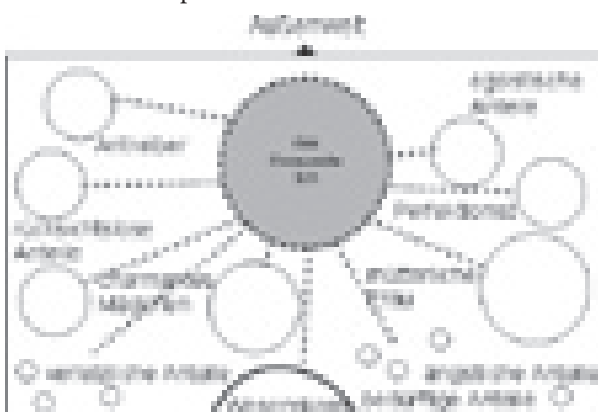


Abb. 4

Focusing

Wie können wir die Inneren Personen direkt erfahren? Wie können z.B. die Aspekte des Inneren Systems, die wir im Enneagramm abbilden können, unmittelbar erlebbar und bedeutsam werden? Gibt es eine Möglichkeit, „systemisch“ in die eigene Innenwelt zu schauen – also innere Vorgänge

ganz ähnlich wahrzunehmen wie z.B. Strukturen und Dynamiken von Systemen der Außenwelt? Focusing (nach E.T. Gendlin) ist unserer Erfahrung nach dafür die geeignete Methode.

Focusing bedeutet:

- ♦ absichtslose und akzeptierende Aufmerksamkeit,
- ♦ nach „innen“, auf das eigene Erleben gerichtet,
- ♦ innehalten, verweilen, die körperliche Resonanz auf ein Thema wahrnehmen,
- ♦ wach in Kontakt bleiben mit dem spontan sich entfaltenden Erlebensprozess,
- ♦ aktives Geschehenlassen.

Grundbedingung für Focusing ist die Erfahrung von innerem Freiraum, das heißt: ein Bewusstes Ich, das nicht mit Erlebensinhalten identifiziert, aber innerlich darauf bezogen ist.

Mit der folgenden Übung möchten wir Sie einladen, diese Erfahrung selbst zu machen.

Übung

„Setzen oder legen Sie sich bequem hin, so dass Sie körperlich entspannt und geistig wach da sein können. Nehmen Sie Ihren Körper als Ganzes wahr und die Atemluft, wie sie kommt und geht ... dann lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit zusammen mit dem Atem nach innen und lassen Sie in Ihrer Vorstellung eine weite Fläche entstehen. So, als wären Sie mit ihrem Atem im Zentrum einer großen Fläche, die sich nach vorn, nach links und nach rechts erstreckt. Vielleicht hat diese Fläche eine wahrnehmbare Begrenzung, vielleicht sind die Ränder aber auch unscharf oder einfach unwichtig. Halten Sie den größten Teil der Aufmerksamkeit bei Ihrem Atem, wenn Sie jetzt beobachten, wie Ihr Enneagramm-Muster wie eine zweite Person auf dieser inneren Fläche auftaucht ... Es kann sein, dass Sie einen konkreten bildhaften Eindruck von dieser inneren Person bekommen, vielleicht aber auch nur so etwas wie eine Ahnung oder eine Idee davon. Beobachten Sie einfach, was Sie innerlich bemerken, wenn Sie fragen, aus welcher Richtung sich diese Person nähert. Wie schnell oder wie langsam? In welcher Entfernung von Ihrem atmenden Zentrum bleibt sie stehen? Können Sie auch wahrnehmen, auf welche Weise Sie die Gegenwart dieser inneren Person körperlich-atmosphärisch spüren? Und was Sie brauchen, damit Sie atmend gut da sein können mit diesem Anteil von sich, Ihrem Enneagramm-Muster – dargestellt durch diese innere Person in Ihrer Nähe?

Nehmen Sie den Atem wieder ins Zentrum Ihrer Aufmerksamkeit. Warten Sie, beobachten sie, was passiert, wenn Sie jetzt nach dem Anteil von sich Ausschau halten, der Ihren Enneagramm-Trostpunkt / -Stresspunkt symbolisiert. Wer taucht da auf ... aus welcher Richtung? ... in welcher Qualität? ... verbunden mit welcher Atmosphäre? ... Und was brauchen Sie, um atmend gut mit diesen Inneren Personen in Beziehung sein zu können? Ohne mit ihnen zu verschmelzen, ohne sich zu sehr von ihnen abzutrennen.“

Halten Sie anschließend das Erlebnis dieser inneren Begegnung mit Malstiften auf einem Bogen Papier fest.



Impressionen zur JHV 2004 in Mainz

» In der Meditation mit bewussten Atemübungen konnte ich mir inneren Freiraum schaffen und gleichzeitig nach außen gerichtete Aufmerksamkeit bewahren.

Ich war einfach da, als sich bei mir das Körpergefühl „verstrickt“ meldete. Als ich kurz meine Augen öffnete, sah ich, dass ich auch im Außen, um mich herum, völlig von anderen Personen eingekeilt war. Körpergefühl und äußeres Umfeld stimmten überein. Aus dem „Bewussten Ich“ machte ich dann einen Schritt zur Seite in mein „Muster 8). Sofort spürte ich eine Erleichterung, ja sogar eine innere Befreiung. Ich war aus der Enge herausgetreten und stand nun auch äußerlich frei da. Gleichzeitig meldete sich bei mir ein großes Verantwortungsgefühl. Ich fühlte mich frei, spürte aber, dass ich mit der gewonnenen Freiheit verantwortungsvoll umzugehen haben.

In der nächsten Übung machte ich aus dem „Bewussten Ich“ einen Schritt nach vorn zu meinem „Trostpunkt 2“ im Enneagramm. Hier fühlte ich mich willkommen und liebevoll angenommen. Ich wurde schon erwartet, und es ging mir gut dabei.

Bei der dritten Übung ging ich zu meinem „Stresspunkt 5“. Hier wurde ich auch erwartet und sofort vereinnahmt. Es schnürte mir die Kehle zu. Ich merkte: Hier musst du schnell wieder weg – und ging zurück in mein „Bewusstes Ich“.

An meinem Stresspunkt zu arbeiten, könnte sich wohl lohnen. Ebenso kann ich mir eine Arbeit mit meinen Nachbarn 9 und 7 gut vorstellen, da ich diese Methode auch bei mir selbst anwenden kann. (Margret Wiegard)



Machen Sie eine Skizze des inneren Raums und der darin aufgetauchten inneren Personen („Ich“, „mein Enneagramm-Muster“, „der Trostpunkt“, „der Stresspunkt“).

Bringen Sie dann das innere Erleben in den konkreten äußeren Raum, indem Sie die Übung im Stehen fortsetzen: Wenn dieser Anteil nicht in mir wäre, sondern hier im Raum in meiner Nähe – wo wäre er dann? Nehmen Sie aus der Position des nicht-identifizierten, atmenden „Ich“ einen Ortswechsel vor nach dem Motto „und jetzt *bin* ich dieser Anteil“. Nehmen Sie den Unterschied wahr: Wie ändert sich die Befindlichkeit durch den Positionswechsel? Welche Botschaft (Wort, Satz, Geste) an das ICH taucht evtl. auf? Gehen Sie anschließend wieder zurück auf den „neutralen Platz“ des nicht-identifizierten atmenden Ichs. Wie ist die innere Resonanz auf die aufgetauchte Innere Person, die das Muster verkörpert?

Wiederholen Sie die Übung und nehmen Sie nacheinander Stress- und Trostpunkt noch mit dazu.

Fazit

„Der Prozess des Bewussten Ich bedeutet Arbeit – Arbeit, die oft mühsam und unangenehm ist. Aber auch Arbeit, die uns reich belohnt: Mit tiefem Kontakt zu uns selbst, mit der Erfahrung unseres inneren Reichtums, einem Gefühl der Zufriedenheit, mit dem Abenteuer der eigenen Entwicklung und der Fähigkeit, den Herausforderungen des Lebens mit immer neuen Antworten begegnen zu können.“

(A. Wittemann)

Literatur

Artho Wittemann: Die Intelligenz der Psyche, Kösel-Verlag, ISBN 3-466-30518-7

Hal und Sidra Stone: Du bist Viele, Heyne Taschenbuch, (vergriff.)

Friedemann Schulz von Thun: Miteinander reden 3 - Das innere Team, rororo Sachbuch, ISBN 3-499-60545-7

Bernd Schmid: Die wirklichkeitskonstruktive Perspektive, Institutsschrift 4, www.systemische-professionalitaet.de

Bernd Schmid: Ganzheitlichkeit und Komplexitätssteuerung, Institutsschrift 9, www.systemische-professionalitaet.de

E. Gendlin und J. Wiltschko: Focusing in der Praxis, Pfeiffer-Verlag, ISBN 3-608-89679-1

» Erstaunlich war für mich, dass mein Eindruck (Übung II), ich sei mit meiner bewussten Person in gutem Kontakt zu meinem Muster, während der folgenden Übung revidiert wurde.

Als ich den Trostpunkt lokalisieren wollte, fand sich dieser sehr nah bei der Position meiner bewussten Person, war fast damit identisch.

Ich merkte, dass es meinem Muster zunehmend schlechter ging, weil es deutlich weiter von meinem Zentrum weg war als mein Trostpunkt.

Sollte es etwa neidisch sein? Was brauchte es? War es Nähe? War es Trost?

Der Trostpunkt wollte dem wankenden Muster spontan zu Hilfe eilen, besann sich dann aber und erinnerte es daran, dass es gut allein stehen könne.

Es blieb aber noch etwas offen zwischen den beiden.

Mit meinem bewussten ICH ließ ich den Trostpunkt etwas auf Abstand gehen und erinnerte ihn an seine Aufgabe. Er versprach meinem Muster:

„Ich will dich trösten, wie einen seine Mutter tröstet.“
Damit war es gut für alle. (Johanna Jesse-Goebel)

» Als wir aufgefordert wurden unseren Trostpunkt wahrzunehmen und danach auch dorthin zu gehen war das für mich kein weiter Weg, denn mein Trostpunkt befand sich nahe bei mir. Auf diesem Platz habe ich mich sehr wohl gefühlt und ich hatte das Gefühl mit meinem Trostpunkt ein gutes „Team“ zu sein. Ich selbst, (Typ 5 - Kopftyp) fühlte mich durch meinen Trostpunkt (Typ 8 - Bauchtyp) sehr erdverbunden und stabil. Ich hörte meinen Trostpunkt sagen: „Wir beiden sind doch ein gutes Team.“

In der darauffolgenden Übung sollten wir uns den Stresspunkt vorstellen und uns dann an seinen Platz stellen. Mein Stresspunkt befand sich hinter einer Mauer. Ich musste, um an seinen Platz zu gelangen, den Raum verlassen und an einer anderen Tür wieder herein kommen.

Der Stresspunkt war mir irgendwie fremd. Ich hörte ihn sagen: „Seit du deinen Trostpunkt entdeckt hast hast du mich wohl ganz vergessen. Früher war ich immer für dich da als es dir schlecht ging und du warst zufrieden mit mir. Jetzt wendest du dich immer dem Trostpunkt zu.“

In Zukunft werde ich auch meinem Stresspunkt wieder mehr Beachtung schenken. (Irmgard Knobloch)

Bericht einer Neun

» Der Workshop mit Hans Neidhardt auf der Jahreshauptversammlung 2004 des ÖAE war für mich eine gute und große Erfahrung. Bei der angeleiteten Achtsamkeitsübung sollte zuerst jeder, als bewusstes Ich, als Person einen Platz im Raum einnehmen mit einem Freiraum um sich und sich dort seines inneren Zentrums durch achtsames Einatmen und Ausatmen bewusst werden. Dann sollte Jede und Jeder dem Muster, das er hat, einen Platz außerhalb dieses Zentrums geben und erspüren, wo dieser Platz im Verhältnis zu dem Ich-Zentrum ist.

Da erschien die Neun sofort links neben mir, an der

Herzseite, ganz nahe, und ich hatte den Arm um sie gelegt. Als ich dann auf den Platz der Neun treten sollte, spürte ich: „Als Neun, die auf sich allein gestellt ist, bin ich verloren.“ Aber ich sah und spürte den um die Neun gelegten Arm, der mich hielt. Und konnte auf dem Platz der Neun sagen: „Ich bin sicher und fürchte mich nicht,“ weil das Regie führende Ich bei mir war. Als wir uns auf dem Platz unseres Musters uns vorstellen sollten, was das Muster zu dem Regie führenden Ich sagt, waren es die Worte: „Verlass mich nicht, bleib immer bei mir.“ Und das bewusste Ich antwortete: „Du kannst dich auf mich verlassen, ich werde dich immer schützen.“

In der Zweiten Achtsamkeitsübung sollten wir zunächst einmal spüren, wo die „Teilpersönlichkeit“ des Musters jetzt steht im Verhältnis zum Ich-Zentrum. Da stand das Muster vor mir, ich hielt es mit beiden Armen und wir sahen uns liebevoll an. Und als wir dann erspüren sollten, wo unser Trostpunkt seinen Platz hat, sah ich ihn über uns beiden: Dort breitete er seine Flügel über uns. Von zweien geschützt und beschützt zu sein, war für das Muster Neun sehr schön.



Für das Ich-Zentrum war es auch wunderbar, weil entlastend, denn jetzt musste es nicht mehr die ganze Verantwortung allein tragen: Über den beiden am Boden gab es jemand Helfenden, der seine Fittiche über uns breitete.

In der dritten Achtsamkeitsübung sollte zu diesen drei Teilpersönlichkeiten noch als vierte der Stresspunkt hinzu kommen. Den spürte ich sofort hinter dem bewussten Ich, das das Muster Neun mit beiden Armen hielt. Das Stresspunkt-Muster wollte uns beide von unseren beiden Plätzen wegziehen, nach hinten – dorthin, wo wir nicht mehr unter den Flügeln des Trostpunkt-Musters gewesen wären. Da drehte sich das bewusste Ich zu dem Stresspunkt-Muster um und sah ihm freundlich in die Augen. Daraufhin streckte das Stresspunkt-Muster seine beiden Arme nach rechts und nach links aus und sagte: „Das ist jetzt die Mauer, die alles, was dir und dem Muster Neun seinen Platz wegnehmen will, das euch wegziehen oder wegstoßen will, abhält von euch.“ Ich spürte, dass diese Mauer fest und sicher ist und hält, was sie verspricht. Da konnte

ich mich beruhigt und zuversichtlich wieder umdrehen und meine Arme erneut um mein Muster legen. Mich erfüllte ein großes Gefühl von Dankbarkeit. Hinter mir die feste Mauer, über mir die behütenden, segnenden Flügel: Da wusste mein bewusstes Ich: „Es wird mir gelingen, die Neun immer zu schützen.“ (Ingrid Oberreich)



Erfahrungen Panel JHV

»» Hell und freundlich ist er, mein innerer Raum, in den Hans Neidhardt mich mit sanfter wohlthuender Stimme und einladender, sensibler Sprache geführt hat. Dieser erleuchtete Raum füllt meinen gesamten Bauchraum aus. Hier in meinem Inneren zu verweilen mit Achtsamkeit und Aufmerksamkeit und mein bewusstes Ich zu spüren als Mittelpunkt desselben, tut gut. ...

Es macht Spaß ... von diesem inneren, erleuchteten Raum aus in meiner Vorstellung Kontakt nach außen aufzunehmen, über die Körpergrenzen hinweg, ohne mich ganz zu „veräußern“, also in mir sein und gleichzeitig außer mir, in einem möglichst ausgewogenen Verhältnis. Der Einateam hilft mir, wieder ganz nach innen zu gehen, ... um von dort Anteile meines Musters in meinen inneren Raum einzuladen und freundlich zu begrüßen.

Von meinem Dreiermuster kommt sofort der spontane, direkte, selbstsichere, fröhliche, aber profilierungssüchtige Anteil auf die Bühne meines inneren Raumes. Aber etwas in mir wehrt sich, diesem Anteil schon wieder den ersten Platz zu überlassen und schenkt ihm keine besondere Aufmerksamkeit. Von daher hat vom linken (=Herzseite) Rand her einer meiner weniger ausgeprägten Anteile die Möglichkeit, sich auf die Bildfläche zu wagen, nämlich der unsichere, schwache, ängstliche. Diesen Teil meines Musters kenne ich auch, wenn ich ihn auch selten nach außen zeige. Er gehört zu meinem Seelenkind, das ja Sechser-Anteile besitzt. Ich weiß schon seit längerem, dass diese unsichere und sensible Charakterfacette auch zu mir gehört und sich bislang immer hinter der strahlenden, selbstsicheren Dreier-Fassade verborgen hat. Ich sehe meine beiden Ich-Anteile als Personen. Im Vergleich ist die zweite Person sehr klein und zierlich und drückt sich am Rand meines inneren Raums herum. Es ist gut, nicht nur theoretisch um diesen Teil meiner selbst zu wissen, sondern ihn bildlich wahrzunehmen, zu spüren und mit ihm in Kommunikation zu treten. Der Eindruck dieser Übung ist stark und nachhaltig.

Er wird ergänzt und bereichert durch die folgenden Übungen, in denen Trost- und Stresspunkt zusätzlich auf die innere Bühne gerufen werden und eine interessanten Interaktion zwischen meinem bewussten Ich und diesen Enneagramm-Anteilen geschieht. *Monika Ueberberg*

»» Durch die behutsame, kompetente Anleitung unseres Referenten war es für mich leicht, mich auf die Focusing-Übungen einzulassen. Die Einbettung der Übungen in den theoretischen Rahmen des systemischen Ansatzes fand ich überaus hilfreich, um auch rational zu verstehen, was mit Focusing gemeint ist. Focusing war mir bis dato neu, aber ich habe es dank Hans Neidhardt an diesem Wochenende entdeckt als geniale Methode, meine Selbstaufmerksamkeit zu schulen und noch achtsamer auf die inneren Bewegungen und Entwicklungsprozesse zu werden... Danke an Hans und alle Organisatoren dieser JHV! (Monika Ueberberg)

»» Die hinführenden Erläuterungen von Hans Neidhardt zur Identifikation und Desidentifikation der Person und ihrer inneren Anteile am Freitagabend waren sehr hilfreich und die Bedeutung der bewussten, wachen Aufmerksamkeit konnten wir in den von ihm geführten Wahrnehmungsübungen dann selbst erleben. Für mich waren diese Übungen sehr intensiv und konnten einige Zusammenhänge in der Dynamik meines Musters aufdecken. Vielen Dank an Hans!

Im Pausengespräch mit anderen Teilnehmern kam mir allerdings die Frage, ob diese sensible Methode mit so großer Teilnehmerzahl und auf so engem Raum der Sache und dem Anliegen wohl entsprechend und günstig ist.

Auch war die Zeit für das Panel mit den drei Energiezentren zu kurz, um typenspezifische Erfahrungen zu erspüren und herauszuarbeiten. Das war schade, zumal auch der Austausch der Gruppen mit Vertretern gleicher Energiemuster diesmal zu kurz kam. Dieser Austausch wird allgemein sehr geschätzt und gewünscht, da er ausgesprochen hilfreich ist im Prozess der Selbsterkenntnis und für die Begegnung mit Vertretern anderer Muster. Dazu hätte sich eine Zeit am Samstagnachmittag angeboten.“ (Elisabeth Maulhardt)

»» Ein besonderes Erlebnis war der „Oldi-Schwof“ am Samstagabend. Schon lange habe ich nicht mehr so viele der unterschiedlichsten „Typen“ so fröhlich und

entspannt auf der Tanzfläche gesehen. Und als dann eine Riesenpolonaise, angeführt von einer Teilnehmerin im Rollstuhl, durch Saal und Vorräume tobte, hatte ich für einen Augenblick eine Ahnung von dem, was „Himmel“ ist, hier und jetzt.“ (Elisabeth Maulhardt)

» Nachdem unsere Teilnahme trotz verspäteter Anmeldung dank Eveline Schmidt's engagiertem Einsatz nun doch noch möglich war, begann für mich die Vorfreude, besonders, weil mein Mann auch in diesem Jahr wieder mit teilnehmen wollte. „ENNEAGRAMM und FOCUSING“ und angeleitet durch Hans Neidhardt – da konnte man gespannt sein. Jedes Jahr freue ich mich, vertraute Gesichter und „alte Enneagrammhasen“ wiederzusehen. Aber auch, dass der Arbeitskreis wächst und neue Begegnungen ermöglicht, ist sehr schön. Die neuen Mitglieder und Teilnehmer wurden herzlich begrüßt.“ (E. Maulhardt)

» Höhepunkt der Tagung war jedoch auch in diesem Jahr die Thomasmesse am Sonntag. Es fasziniert mich immer wieder, wie am Samstag nach dem Abendessen sich spontan eine Gruppe zusammenfindet, mit Ideen für die Gestaltung des Gottesdienstes. Da sitzen nun Vertreter aller denkbaren christlichen Konfessionen und nach etwa einer Stunde liegt das Konzept vor. Lediglich die liturgischen Texte sind, dem Thema der Tagung angepasst, bekannt, und alles andere ordnet sich darum zu einem stimmigen Ganzen, ob Instrumente, Gesang, Tanz, Texte, Meditationsangebote, die Möglichkeit der persönlichen Seg-

nung oder der Wunsch nach fürbittendem Gebet. Sehr beeindruckend war die Übung, sich in den Elia und seine Gefühle unter dem Ginsterstrauch oder am Fuße des Berges Horeb hineinzusetzen. Wie aktuell werden da die Geschichten der Bibel im eigenen Leben. Auch die Predigt von Pfarrer Rainer Fincke traf voll die Problematik der Licht- und Schattendynamik unserer menschlichen Existenz und die Einladung zur Umkehr an den Stresspunkten unseres Lebens.

Die Selbstverständlichkeit, mit der alle (etwa 120 Teilnehmer) dann gemeinsam um einen Tisch saßen, erinnert an den Abendmahlssaal in Jerusalem. Jesus hat auch keinen seiner Jünger, ob Frau oder Mann, nach seiner Konfession gefragt. „Wo die Güte und die Liebe, da ist Gott.“ (E. Maulhardt)

» Mit neuem Mut und der Hoffnung, etwas von dieser Erfahrung mit nach Hause zu nehmen und weiterzugeben, sind wir nach einem fröhlichen Mittagessen und Abschied aufgebrochen. Auf Wiedersehen im nächsten Jahr in Wiesbaden-Naurod!“ (E. Maulhardt)

„Over In The Glory Land ...“

» Diese Überschrift soll ich verwenden, schlug mir meine Frau vor! Und die finde ich richtig prima! Denn als „rasender Reporter“ über die Super-Oldie-Night der diesjährigen Jahreshauptversammlung des ÖAE zu sinnieren, würde mir nicht mal ein mitleidiges Schulterklopfen einbringen, wenn ich als Volontär der schreibenden Zunft dabei gewesen wäre. Habe ich mir doch überhaupt keine Notizen gemacht, geschweige denn die Titel gemerkt, die man vom „Oldie-Night-Komitee“ den jeweiligen Enneagrammtypen als so typisch zugeordnet hatte. <Anm. d. Verf.: Typische Entschuldigung einer EINS>

Ob es wohl an meiner angeborenen Skepsis lag, dass diese so „typ-ische“ Liedauswahl allzu



willkürlich erschien, weshalb ich auch beim Aufruf meiner Typ-GenossInnen stur auf dem Allerwertesten sitzen blieb und inkognito erst mal das weitere Geschehen abwartete. Nun, wie dem auch sei. Es spielt überhaupt keine Rolle, ob die bauchigen EINSer nur einem bestimmten Oldie frönen und die verkopften FÜNFER allesamt einem ganz anderen. Da wir aus Sicht eines Teenies eh alle Oldies waren, die wir uns als ÖAE'ler im Saal des Erbacher Hofes versammelt hatten, verschob sich diese Betrachtung für mich gänzlich in den Hintergrund. Endlich wurde einmal wieder Musik aufgelegt, die die Erinnerungen an die Jugendzeit, an Parties wachrief, da diese Musik „in“ und nicht „old“ und das Mädels nur irgendwie für den nächsten Tanz auf dem Parkett gewonnen werden musste. An Zeiten, wo man(n) wieder zu lange gezögert hatte, die Frau seiner Wahl entschlossen genug aufzufordern, oder der Blues zu blu(e)sig war, als dass man zum Auffordern vielleicht den Mut gefunden hätte. An Zeiten glorreicher Eroberungen und peinlicher Niederlagen, an Feten voller Rauch und Nebel – allerdings ohne eine Maschine die den nur künstlich herein blies. An Parties, die selbst organisiert in irgendeinem Keller irgendeines Freundes stattfanden und Feiern, auf denen zeitweise mehr diskutiert als getanzt wurde.

Oder sind dir, liebe Leserin, lieber Leser, solche Erinnerungen vollkommen fremd? Für mich geriet dieser wunderbare Abend so recht zu einem schweißtreibenden Ereignis, weil ein mitreißender Rhythmus dem nächsten

folgte. Denn der DJ verstand sein Handwerk. Er wusste, was die Menge an Oldies hören wollte und welche Klänge sie zu verzaubern in der Lage waren. Gut aufgelegt war und hat der Diskjockey-Pfarrer aus Ahlen eine kleine, aber feine Auswahl seiner 2000 CDs, die er auf dem Podium ausgebreitet hatte. Mit wilder Mähne und geschützt hinter einer Unzahl verschiedener Regler und Knöpfe waltete er seines zeremoniellen Amtes. Für einen Abend lang war er Zelebrant und Organist in einer Person. Und Gott allein weiß, wie viel Freude er den anwesenden „Typen“ bereitet hat.

Nachdem das Parkett gut poliert und die Beine der Tänzerinnen und Tänzer müde geworden waren, zeigte die Uhr bereits nach Mitternacht. Und der „wilde Mann“ aus Ahlen schwang sich auf sein Stahross und entschwand durch die Nacht. Denn ein neuer Sonntag wartete auf ihn in einer ähnlich begeisternden Rolle auf einem Podium, dass wir Christen Altarraum nennen. Ob er da auch so gut aufgelegt hat ... ? Ich für meinen Teil und für alle, mit denen ich am Tisch gesessen und auf dem Parkett das Tanzbein geschwungen habe, kann ihm und allen „Vorständlern“ des ÖAE nur herzlich danken für diesen gOLDIEgen Abend unserer JHV in Mainz. DANKE ! *Ludger Temme*

» Ich versuche mir Freiraum zu schaffen, mein „Ich“ zu spüren. Mein Muster Sieben ist dicht bei mir, hält mich an der linken Hand. Der Trostpunkt ist in einiger Entfernung rechts vor mir. Er zieht mich an wie ein Versprechen auf etwas Gutes. Der Stresspunkt legt sich auf meine Schultern wie eine schwere Hand. Nach dem Ende der Übung spüre ich noch lange den Druck. (Isolde Haid)



Auf so einer Jahreshauptversammlung wird nicht nur gehört, gefeiert, getanzt, gearbeitet, gesungen – da wird auch probiert: In diesem Fall die leckeren Kekse, die Rita Dörr für uns buk. Gegessen – und für gut befunden. Daher hier die entsprechenden Rezepte:

Nervenkekse

35 g Muskatnusspulver
30 g Zimtpulver
10 g Gewürznelkenpulver
1000 g Dinkelmehl
500 g Butter
300 g Rohrzucker
4 Eier

Einen geschmeidigen Teig kneten und bei 190 °C backen.
„Iß diese oft und alle Bitternis deines Herzens und Denkens weiten sich. Dein Denken wird froh, deine Sinne rein, alle schadhafte Säfte in dir milderer. Es gibt guten Saft deinem Blut und macht dich stark.“ Hildegard von Bingen

Energiekugeln

250 g Weizen oder Dinkel
150 g Gerste
100 g Hafer
eine Hand voll gehackte Cashewnüsse
150 g Butter
150 g Rohrzucker
etwas Zimt, Kardamon und Rosenwasser

Das Mehl fein mahlen und mit den Cashewnüssen in einem Topf rösten, bis es gut duftet. Butter hineingeben und weiterrühren. Zuletzt den Zucker hineinschütten und von dem Herd nehmen. Noch warm Kugeln formen, wenn nötig etwas Wasser dazu geben. *Ravi Roy*

Perspektiven der Enneagramm-Arbeit

von Gerhard Heck, Teil 2

3. Spirituelle Praxis üben

„Was kommt nach der Typisierung?“

Wir dürfen den TeilnehmerInnen des Pilot-Kurses diese Frage nicht schuldig bleiben. Nach der Typisierung hat man die *Ziele der persönlichen Veränderung* im Blick und fragt sich, *wie kann ich besser mit meinen unvollkommenen Seiten umgehen*, wie kann ich vom Stresspunkt in den Trostpunkt kommen, wie kann ich letztlich sogar Idealziele der Veränderung (holy ideas) erreichen?

Wer sich je damit beschäftigt hat, das eigene Ess- und/oder Trinkverhalten, den Umgang mit Zeit oder Nikotin zu verändern, hat den *Widerstand* kennen gelernt, der gegen die Veränderung von Gewohnheiten entsteht; er stellt sich erst recht zwischen uns und die anvisierten persönlichen Entwicklungsziele.

Nach der Typisierung begegnen wir zuerst einem Dilemma:

1. „So kann es mit mir nicht weiter gehen! Ich muss was ändern!“
2. „Mist! Es geht nicht! Ich kann mich nicht ändern! Es wird nur noch schlimmer!“

Der Veränderungsabsicht stellt sich ein massiver Widerstand entgegen, dessen Gründe unbewusst bleiben. Gegen diesen Widerstand kommt auch der therapeutische Helfer, den ich mir suche, nicht an.

Was wollen wir denn verändern? Was im Dunkeln liegt, worüber wir uns schämen, weil wir selbst es als schief, schlapp oder schlecht verurteilt haben. Etwas an uns funktioniert nicht so, wie wir oder andere es wollen. Was bei Schönheitskorrekturen für ein paar Jahre „klappt“, das gelingt bei Korrekturen des Charaktermusters nicht: man kann da nichts absaugen oder wegmachen.

Was wir verändern wollen, müssen wir zuerst akzeptieren, was wir akzeptiert haben, tragen wir mit Humor, was wir mit Humor tragen, macht uns erträglich. Wenn wir aufgehört haben, etwas verändern zu wollen, ist etwas Neues gewachsen, nur wir wussten es nicht. Jemand stellt fest: „Du hast Dich verändert.“

Weil Probleme auf dieser Ebene nicht mit derselben Methode lösbar sind, mit der sie entstanden sind, haben wir einen anderen Umgang mit uns selbst zu lernen.

Rechten Umgang mit uns selbst lernen wir in der Meditation, in der wir aufmerksam, akzeptierend und absichtslos (!) die Vorgänge des eigenen Bewusstseins (Wahrnehmungen, Gedanken, Gefühle, Verhalten usw.) beobachte ohne mich mit ihnen zu identifizieren (H.Neidhardt).

Ich lerne mein Muster kennen, ich lerne es zu akzeptieren, wie es ist, aber ich lockere mehr und mehr meine Übereinstimmung damit, ich vertiefe meine Dis-Identifikation (Helen Palmer).

Diese Weise der Selbstbeobachtung verlangt Trainingsdisziplin, sie ist Teil der Meditation der Achtsamkeit, die wir schulen werden.

Eine Enneagramm-Arbeit, die ein rein intellektuelles Glasperlenspiel mit den Typen überwinden will, ist ohne Meditation der Achtsamkeit nicht vorstellbar.

So könnte die Transformation vom selbstbezogenen Individuum zur selbstlosen Person, die sich im Angesicht des Anderen wiederfindet, gelingen.

Ab und zu begegnen uns Menschen, die auf diesem Weg deutliche Fortschritte gemacht haben. Und dann freuen wir uns.

4. Wissenschaftlicher und theologischer Bezugsrahmen

Das „ganze“ Enneagramm aus Typen-Modell und Prozess-Modell ist nur eine Landkarte; sie darf mit der Landschaft selbst nicht verwechselt werden. Wir meinen damit: das Modell ist und bleibt nur ein Modell, das wir mit der Realität nicht verwechseln dürfen. Damit das unterbleibt, plädieren wir, für das Enneagramm zwei kritische Bezugsrahmen als übergeordnete Ebenen (Meta-Ebenen) zuzuordnen: a) den Bezugsrahmen wissenschaftlichen, speziell wissenschaftlich psychologischen Denkens und b) den Bezugsrahmen theologischen, speziell eines ökumenisch-theologischen Denkens.

4.1 Psychologie als Bezugsrahmen

„Was sollen wir mit der esoterischen Spinnerei?“ ist eine Polemik, mit der das Enneagramm nicht nur von den Sektenbeauftragten beider Kirchen abgelehnt wird. Da ihre Arbeit nicht folgenlos ist in den Etagen, die über Bildungsarbeit entscheiden, kann es nur nutzen, die eigene Sache einmal aus der Perspektive der Gegenseite zu betrachten: Wie esoterisch ist das Enneagramm?

Der Methodik wissenschaftlichen Arbeitens, wie sie in der Psychologie gelehrt wird (zB. Zimbardo/Gerrig, Psychologie 1999) entnehmen wir, dass wissenschaftlich orientierte Begriffe trennscharf sind d.h. Realität möglichst so beschreiben, dass der Sachverhalt verglichen, überprüft und wiederholt werden kann. Im Unterschied dazu stehen Begriffe alltagssprachlichen Umganges im Extremfall als pflaumenweich da: je mehr sie versprechen, desto unüberprüfbarer sind sie. Jedem fallen hier Beispiele aus Werbung und der Politik ein.

Enthalten die bisherigen Enneagramm-Darstellungen eher pflaumenweiche oder eher trennscharfe Begriffe?

Ein kurzer Blick auf gängige Bücher zeigt Begriffe wie higher states (Palmer) oder holy ideas (Zuercher).

Wie und woran messe ich das Erreichen von higher states?

Lassen sich „holy ideas“ jemals erreichen? Wie sinnvoll ist es überhaupt, Ideen als „holy“ zu bezeichnen? Sind sie damit nicht automatisch dem kritischen Dialog enthoben? Wie verhalten sich Menschen, die an heilige Ideen glauben, gegenüber anderen, welche die Heiligkeit ihrer Ideen anzweifeln? Gehören sie nicht umgehend ins „Reich des Bösen“ und müssen ausgegrenzt werden?

Gesetzt dies wären Einzelheiten, die wir überspitzt hätten. Wie steht es dann mit dem Typen-Modell selbst? Sind die Typen untereinander trennscharf?

Das sind sie nicht, wie Markus Becker in der bislang einzigen wissenschaftlichen Arbeit über das Enneagramm in Deutschland gezeigt hat. Deshalb ist auch der Enneagramm-Typen-Test von Becker insofern enttäuschend, als er wie die anderen nicht standardisierten Tests zum Ergebnis einer eindeutigen Typdiagnose im Regelfall nicht führt.

Von daher liegt der Schluss nahe: Enneagramm-Begriffe sind selten trennscharf und eine Methode, „die eine belastende Fehldiagnose verhindert“ (B.Grom SJ), gibt es bisher nicht.

„Wir müssen eine Form der Kontemplation entwickeln, die sozial engagiert ist und mit beiden Füßen auf der Erde steht. Sie muss über die Reichweite des großen Geistes verfügen, darf aber andererseits keine Angst davor haben, Themen wie Gerechtigkeit und Unterdrückung anzusprechen.“

Wir können insofern gelassen reagieren, als unsere kritische Schlussfolgerung z.B. auch für die Psychoanalyse gilt und in der psychiatrische Praxis in unseren Landeskrankenhäusern sind belastende Fehldiagnosen auch kein Ausnahme. Bernhard Groms (SJ) Forderung nach fehlerfreien Diagnosen ist eine Idealforderung, eine „holy idea“ unseres Gesundheitssystems.

Aus den bisherigen Überlegungen machen wir uns folgende Forderungen zu eigen:

- ◆ Begriff und Argumentationen überprüfen wir auf pauschalisierende, zuviel versprechende Aussagen. Stattdessen sind wir um trennscharfe Begrifflichkeit bemüht;
- ◆ Typen-Modell und Prozess-Modell werden weiter entwickelt mit Konzepten aus geeigneten wissenschaftlichen Disziplinen (Denkpsychologie, Entwicklungspsychologie, Persönlichkeitspsychologie etc.).
- ◆ Die Verpflichtung auf wissenschaftliches Denken heißt, dass Enneagramm-Aussagen den Kriterien genauer Beobachtung, methodischer Klarheit, theoretischer Widerspruchsfreiheit und Überprüfbarkeit verpflichtet sind.
- ◆ Als humanwissenschaftlicher Bezugsrahmen, der diesen Forderungen gegenwärtig am ehesten entspricht, sehen wir die kognitive Verhaltenstheorie an. Sie bietet praxisori-

enterte Konzepte für die Entwicklung des Enneagramms zum Selbstmanagement-Modell an.

Die Anfrage „esoterisch?“ erneuert sich natürlich umgehend, wenn von Meditation die Rede ist. Glücklicherweise ist dies unser geringstes Problem. Die von uns favorisierte Meditation der Achtsamkeit (Mindful Based Stress Reduction) hält diesen Kriterien stand. Sie wurde von Dr.med.Jon Kabat-Zinn, Professor für Medizin an der Universität Massachusetts, USA, entwickelt. Ihre Stress reduzierende, auf psychosomatische Störungen der unterschiedlichsten Art lindernde Wirkung ist seit über 20 Jahren wissenschaftlich überprüft und verbessert worden. Wir haben Jon Kabat-Zinn und seinen Nachfolger Prof.Dr. Saki Santorelli im Mai dieses Jahres in Götzis, Österreich, kennen gelernt und waren sehr beeindruckt. Die Meditation der Achtsamkeit wird im Pilot-Kurs getestet. Wir berichten darüber.

4.2 Theologischer Bezugsrahmen

Über den humanwissenschaftlich-psychologischen Rahmen hinaus muss theologisch argumentiert werden, wenn der Verdacht beliebig verwendbarer Psychotechnik entkräftet werden soll. Der ÖAE versteht sich als ökumenische Institution. In diesem Zusammenhang sollten wir noch deutlicher als bisher herausstellen, welche Ziele ökumenischer Arbeit der ÖAE verfolgt.

Darüber hinaus beachten wir, welches Menschenbild unserer Enneagramm-Arbeit zugrunde liegt (Vgl. Gerald Weidner, Skizzen zum Curriculum Menschenbild/Anthropologie und Ethik. August 2003.in: Kursmaterial zum Pilot-Kurs. Veröffentlichung in Enneaforum 2004).

Andererseits sind theologische Konzepte, die als Grundlage ökumenischer Arbeit gebrauchsfähig sind, herauszustellen. Dabei denken wir vor allem an die Rechtfertigungslehre, die sich für ökumenisches Denken seit langem als geeignet erwiesen hat.

Es gilt auch Meditation im Rahmen ökumenischer Theologie zu bedenken und Möglichkeiten eigener Praxis zu erkunden. Das hat zuletzt Andreas Ebert getan: Die Mitte des Enneagramms – das Geheimnis des Herzensgebets in: Enneaforum 20, 2001. S 4 ff). Andreas wird diese Form der Meditation im Pilot-Kurs vorstellen.

Zuletzt sei Richard Rohrs wichtiges Buch über das Geschenk des kontemplativen Gebets erwähnt: Wer loslässt, wird gehalten (1999). Es ist mir besonders lieb, weil es einen Zusammenhang herstellt, den wir im ÖAE traditionell vernachlässigten, den Bezug zwischen innen und außen, Glauben und Politik:

„Wir müssen eine Form der Kontemplation entwickeln, die sozial engagiert ist und mit beiden Füßen auf der Erde steht. Sie muss über die Reichweite des großen Geistes verfügen, darf aber andererseits keine Angst davor haben, ... Themen wie Gerechtigkeit und Unterdrückung anzusprechen.“

(1) das team weiterbildung besteht aus Margit Lambach-Bialowons, P.Ludwig Zink, Gerd+Ute Heck. Die „Perspektiven“ sind vom Vorstand und einer Reihe von weiteren Mitgliedern mit voller Zustimmung akzeptiert worden.

Ute und Gerd Heck

Die Fortbildung zum/zur ENNEGRAMM/TRAINER/IN(ÖAE) – eine Zwischenbilanz

Delphin oder Dinosaurier ?

Lassens wir's langsam angehen, im DINO-Format ?
Oder starten wir im hohen DELPHIN-Bogen das Pilot-Kurs-Experiment ?

Gespeist aus großer Leidenschaft mit durchaus perfektionistischen Ambitionen, die unterschiedliche Mustern (1/4/7/6) entstammt und ermutigt und unterstützt durch die team-Mitarbeiter/innen Margit Lambach-Bialowons und Pater Ludwig Zink, MS, entschieden wir uns optimistisch für die Delphin-Methode :

Kontakte mit Kurs-Interessenten sowie Trainern aufnehmen, Angleichung der Trainer-Kooperation an die formulierten ÖAE- Standards (s. Präambel) erarbeiten, Kursmappen als Trainings – und spirituell-psychologische Theorie-Basis entwickeln undsoweiter. Dies alles vor dem Start.

Mittlerweile hat sich Sicherheit eingestellt – der Kurs läuft, nachdem er seine Jungfernfahrt aufgenommen hat, mittlerweile rund und sicher. Damit alle Etappen und Klippen im Gruppenprozesse und Lernstoff bewältigt werden können, gibt es u.a. obligatorische Hausaufgaben. (Hieran lässt sich unsere Herkunft aus dem Lehrberuf nicht verleugnen ...)

Hausaufgaben sollen den Kontakt zwischen Organisationsteam und den Teilnehmern aufrecht und die vermittelten Inhalte zwischen den Kursteilen durch Üben präsent halten.

Bisher haben sich alle Teilnehmer dieser Zusatzaufgabe knapp bis überausföhrlich und nicht selten anschaulichbewegend gestellt. Einiges davon wird hoffentlich in den nächsten Ausgaben von EnneaForum zu lesen sein.

Unseren Ausbildungsteilnehmern begegnen wir auf gleicher Augenhöhe ; viele von ihnen sind längst als Trainer, Pfarrer, geistliche Begleiter, Lehrer u.s.w. tätig oder wollen dies werden. Wir erfahren Ermutigung, Zustimmung und konstruktive Kritik. Wir alle verstehen uns inzwischen als „lernende Organisation.“ Inzwischen ist unsere eigene Stress-Toleranz wie auch unsere Gelassenheit und Sicherheit im Umgang mit dem Projekt „Pilot-Kurs“ gewachsen. Das tut gut.

Dazu tragen unsere phantastischen Trainer bei, die – nach ausführlichen feed-back-Fragebögen jeweils im Anschluss an eine Trainer-Einheit ausgewertet – Zustimmungsquten von 85 – 95 % erhielten. Die Auswahl so unterschiedlicher TrainerInnen anstelle einer Beschränkung auf wenige hat sich bislang als sehr günstig und erfolgreich herausgestellt. Bisher sind im Kurs folgende TrainerInnen tätig geworden :

ANDREAS EBERT

Begeisterte durch die kreative Art, die Dynamik der Muster in hochspannenden Übungen einzuföhren. Manchmal kochte die Muster-eigene-Dynamik hoch, und manch einer erfuhr eine Konfrontation mit der eigenen Energie und den Muster-immanenten Abwehrmechanismen. Wichtig für alle Teilnehmer als künftige Trainer : Andreas hat ein bestechendes *Konzept für erfahrungsorientierte Darstellung der Typen* das zum Ausdenken eigener Übungen ermutigt und anleitet. Ein regelrechter Knüller, wie wir meinen !

EVAGRIUS PONTICUS als Urvater des Enneagramms erfreute besonders die Kopf-Typen. Die persönliche, warme und engagierte Art von Andreas überzeugte alle.

MARGIT LAMBACH-BIALOWONS

Die ÖAE- spezifische Art der Selbsterfahrung im *Bibliodrama* : Was hat das mit mir, meinem Muster zu tun, wenn ich wen/ was/wie spiele oder darstelle ? Was haben Rollen oder Worte aus biblischen Texten mit mir zu tun ?

Margits Art der Vermittlung schuf einen „heiligen Raum“, in dem etwas Unerwartetes geschah : Konfrontation mit dem „Schatten“, mit dem unbearbeiteten persönlichen Konflikt. Spielerisch erlebten die Teilnehmer eine Gegenüberstellung mit dem eigenen Muster, mit seinen Stärken und Schwächen. Humorvoll und spannend, zuweilen sogar höchst auf- und anregend !

Am Rande erwähnt : Ein nicht geplantes Ereignis überraschte uns in Kurs A2. Mitten im Bibliodrama-Spiel fiel in



ganz Rotenburg der Strom aus!
Wir nutzten die Gelegenheit, die
Muster-typischen Reaktionen
auf dieses ungeplante „event“
abzufragen! Spannend, humor-
voll und nicht zuletzt typisch!
Auszüge davon im nächsten
EnneaForum!

ARNO KOHLHOFF

Arno teilt wie Ludwig Zink
unsere Auffassung, dass das
Typenmodell die Erweiterung
und Verknüpfung mit einem
psychologisch orientierten *Pro-
zess-Modell* braucht. So erfahren
wir überzeugend, dass jedes
Muster einen ganz persönlichen,
typ-immanenten Lösungsweg in
Konflikt- und Problemsituationen
geht. Nur wenn ich weiß, was
mich zur Veränderung motiviert,
was mir hilft, die immer altbe-
kannten Wege zur Nicht-Veränderung zu vermeiden, kann
ich neue Wege suchen. Arnos Darstellung dieses Sachver-
haltes überzeugte durch seine ruhige und freundliche Pro-
fessionalität als Dipl.Psychologe und gelernter Supervisor.

GERD UND UTE HECK

Unsere Hauptaufgabe ist die *Seminarorganisation* und die
Betreuung der Seminarteilnehmer vor und während der
Kurse incl. der *Hausaufgaben*. Ab und zu setzen auch wir
unser Potential als *Trainer* ein: *Vermittlung von Theorie*, von
psychologischem Wissen ist uns wichtig, „Schwarzbrot“ eben.

Es bereitet uns Erfüllung und Vergnügen zu sehen, wie
TeilnehmerInnen mit Handwerkszeug wie „Enneagramm-



Profil und seine Interpretation“
oder „Profilanalyse im Interview“
viel anfangen können. Ein sen-
sibler Einsatz von *Tests* ist ebenso
unser Thema wie die Vermittlung
psychologischer Grundkenntnisse
im ABC-Modell der kognitiven
Verhaltenstherapie. Letzteres
scheint uns für die Vermittlung
eines Enneagrammverständnisses
frei von Esoterik unverzichtbar.

PAMELA MICHAELIS

Einem Herz-Typ wie Pamela
gelingt es schnell, mit allen gut in
Kontakt zu sein und ein warmes
Klima zu schaffen. Gruppendy-
namische Übungen, Meditatio-
nen, Musik und vor allem ihre
charakteristische Art, *Panels* zu
leiten, faszinierten die Gruppe.
Sie führte uns in das Land der
Subtypen (die 3 Kontaktbereiche,

die ich täglich lebe), ließ uns das bevorzugte Gefühl und die
Aufmerksamkeitsrichtung des jeweiligen Musters erleben.
Da sie die *Klassische Schule von Helen Palmer* vertritt;
erlebte die Gruppe einen sehr speziellen Umgang mit der
Weisheit des Enneagramms.

Wie schön, dass wir in einem Pilotkurs so Vielfältiges
ausprobieren dürfen ! Schon sind wir auf die nächsten
Trainer und das nächste Training gespannt ! Am Ende wird
es mit Paulus heißen : Prüft alles ! Das Gute behaltet ! Aber
dort sind wir ja – zum Glück – noch nicht angelangt.



BERGFEST

Liebe Ute, lieber Gerd,

Ich habe gerade ein Problem :
Das ist mir sogar angenehm!
Sogleich sind mir fünf Sinne hell:
Ich lös' es im Prozessmodell!

Es tun mir nicht die Zentren wanken, 1
Ich wollte euch nur einfach danken!
Denn mein Kopf hat es just geschafft:
Wir hab'n die Hälfte heut geschafft!

Und stehn mit diesem zweiten Schritte 2
An der Ausbildung goldner Mitte.
Zwei Kurse bringen Infos noch.
Sind wir jetzt halbe Profis doch!

Von außen steht die Pension, 3
Viel gutes Essen, Fachjargon:
So habe ich halt reflektiert,
Dass bis zum Ziel es funktioniert.

An Zweifel kommt hier nichts in mir: 4
Ute, Pam, Gerd und Arno hier,
Mit Kopf, Herz, Bauch, wie uns bekannt,
So bleibt in „4“ kein Widerstand!

Nun springe ich mit all den Gaben 5
Glatt über'n Überwindungsgraben.
Mein Dankesgruß sei klar und flott,
Die Aufgabe kein Alltagstrott.
Auch acht ich auf mein Typprofil:
Nicht zuviel Worte sei mein Ziel!

So geht es sicher immer weiter. 6
Beim „6-er“ Anstoß bleibt recht heiter!
Wir sind für alles Neue offen:
Das lässt uns für die Zukunft hoffen.

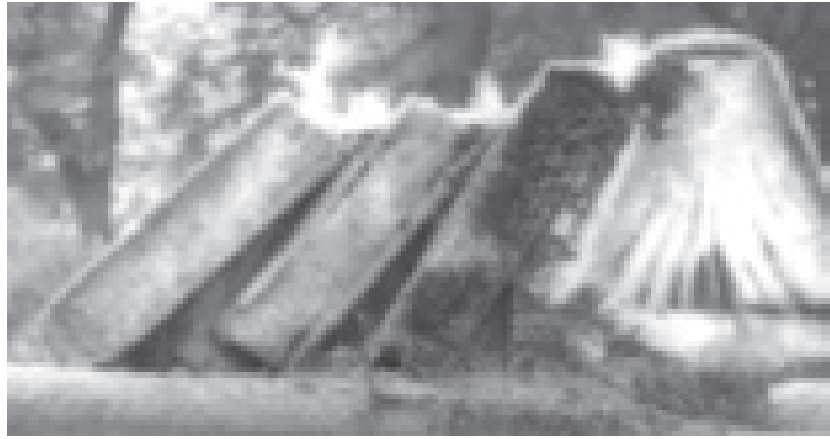
Wenn Herzensgeist in uns regiert, 7
Hab'n wir auch dies realisiert:
Dass wir in sieben Monaten,
Den Rest werden erarbeiten.

Sodass mit Sicherheit in „8“ 8
Der letzte Schritt mit euch gemacht,
Und wir das Ziel erreichen werden:
Als „Jünger des Enneagramm auf Erden“!

Ich denk, ihr werdet nicht bereun, 9
Das sagen wir euch in der „9“.
Denn jeder Typ hat es begriffen,
Wo noch im Leben wird geschliffen.

Perfekt auch für die „Einser“-Schranken: 1
Ich wollt euch einfach noch mal danken!

Rotenburg, 9.3.2004 Dagmar Levsen



Buchbesprechungen

Eckhart Tolle
Jetzt ! - Die Kraft der Gegenwart
J.Kamphausenverlag Bielefeldt, 2003
Preis: 19,50 €

Als wir Richard Rohr im Oktober letzten Jahres in den USA besuchten, zog er zum Thema „Transformation“ und „spirituelles Wachsen“ obengenanntes Buch aus dem Regal (engl. Titel: The Power Of Now – A Guide to Spiritual Enlightenment), war erstaunt, dass wir es nicht kannten, und legte es uns sehr ans Herz.

Zurück in Deutschland habe ich mir das Buch sofort besorgt und es gelesen – häppchenweise, denn, trotz einfacher Sprache ist es nicht gerade „leichte Kost“. Eckhart Tolle hat im Alter von 29 Jahren eine tiefe, spirituelle Erfahrung gemacht, hatte eine Art „Erleuchtung“, wonach sich sein Leben grundlegend veränderte. Bis zu diesem Erlebnis lebte er mit Angstgefühlen und zunehmender Depression.

Dann trat die Wende ein. Ich zitiere aus seiner Einleitung:

„Ich kann mit mir selber nicht mehr weiterleben.‘ Dieser Gedanke kreiste endlos in meinem Verstand. Plötzlich wurde mir bewusst, was für ein sonderbarer Gedanke das war. Bin ich einer oder zwei? Wenn ich nicht mit mir selbst leben kann, dann muss es zwei von mir geben: das ‚Ich‘ und das ‚Selbst‘, das mit dem ‚Ich‘ nicht mehr leben kann.

„Vielleicht“, dachte ich, „ist nur eins von beiden wirklich.‘ Ich war so fassungslos über diese seltsame Erkenntnis, dass mein Verstand anhielt. Ich war bei vollem Bewusstsein, aber es waren keine Gedanken mehr da.“

E.Tolle wurde also das Vorhandensein eines Ichs und eines Selbst existenziell bewusst. Unter ‚Ich‘ wird das Ego verstanden und unter dem ‚Selbst‘ der wahre Wesenskern.

Es stellt sich nun die entscheidende Frage, mit welchem Anteil ich überwiegend identifiziert bin: sind es Anteile meines Egos oder ist es das wahre Selbst? Gerade dies

beschäftigte uns ja auf der letzten JHV, angeregt durch den Vortrag und die Übungen von Hans Neidhart.

E.Tolle zeigt auf, wie sehr wir mit den permanenten Aktivitäten unseres Verstand identifiziert sind und wie unfrei und eingeengt wir dadurch sind, da der Verstand uns auf das Ego fixiert. Erst das Anhalten des Verstandes, wie er oben schildert, ermöglicht die tiefe Erfahrung reinen Bewusstseins. Die Beschreibung dieser Tatsache zieht sich wie ein roter Faden durch das ganze Buch.

Der Verstand an sich sei nicht schlecht, im Gegenteil, ein hervorragendes Instrument, wenn es bewusst eingesetzt wird. Tolle: „Der Verstand ist nicht gestört; die Störung beginnt, wenn du dein Selbst in ihm suchst und ihn fälschlicherweise für das hältst, was du bist. Du hältst dich für deinen Verstand. Das ist die Wahnidee.“

Und da unser Verstand – so meine Gedanken dazu – „enneagrammatisch“ geprägt ist, bedeutet die Dis-Identifikation vom Verstand die Dis-Identifikation von meinem Muster im Sinne einer Befreiung meiner Fixierung.

Helen Palmer dazu per email befragt (ich ging davon aus, dass sie das Buch kennt – so war's dann auch) ist ähnlicher Ansicht: das Buch beschreibe sehr gut den Wechsel vom Zustand der Typ-Aktivität zu einer rezeptiven Haltung; alles was mir hilft, bewusst im ‚Jetzt‘ zu sein, bedeutet eine Befreiung von der Automatik meines Muster.

E.Tolle spricht in diesem Zusammenhang von Hingabe, und meint damit die tiefe Weisheit, sich dem Lebensfluss anzuvertrauen, statt sich ihm zu widersetzen. Wobei Hingabe nicht Passivität meint oder sich aufgeben, sondern vielmehr, dass im Zustand der Hingabe eine völlig andere Energie eine ganz andere Qualität in unser Tun fließt. Normalerweise werden wir aber von unseren gewohnheitsmäßigen Gedankenabläufen beherrscht.

E.Tolle beschreibt anschaulich, wie der Verstand funktioniert und womit er „gefüttert“ wird (Kindheitsverletzungen und Erfahrungen, Ängste und Selbstwertzweifel). Die einzige Möglichkeit, sich von seiner Dominanz zu befreien, sieht er im Gewahrsein des jetzigen Momentes, wo (Prägungen der) Vergangenheit und (Sorgen der) Zukunft keine Rolle spielen.

Wie man dies erreicht, dazu gibt er in seinem Buch, das sehr übersichtlich gegliedert ist, viele Anregungen. Manchmal beschreibt er diesen Zustand des Gegenwärtig-Seins, wo es kein Bewerten mehr gibt, wo nur tiefer Friede herrscht, so paradiesisch, dass mir beim Lesen der Gedanke kam: „zu schön, um wahr zu sein“ oder „das Leben / der Alltag ist einfach anders !“. Trotzdem : warum sollte man nicht eine Ahnung vom Paradies bekommen, einen kleinen Geschmack davon?! Und da ich selber punktuell solche wunderbare Erfahrungen von Gegenwärtig-Sein (für mich als DREI im Enneagramm besonders befreiend, das ‚Sein‘ statt ‚Tun‘ genießen zu lernen) schon gemacht habe, ist mir das Buch eine Bestätigung und Ermutigung zugleich.

Danke, Richard, für den Buchtipp, den ich hiermit gerne weitergebe !

Ulla Peffermann-Fincke

Markus Roentgen

52 Wochen ein ganzer Mann

Münster 2001 (Aschendorff Verlag)

ISBN 3-402-05421-3 216 Seiten

Markus Roentgen bringt mit seinem Buch Männer auf Trab – im übertragenen Sinne. Und er weckt Freude, ja geistigen Hunger darauf, in den Trab einzufallen und eine Vielzahl von Erfahrungsbereichen männlichen Erlebens zu durchlaufen, manchmal erstmals, mitunter wiederholt, gelegentlich mit Stichen in alte Wunden, aber auch mit freudigem Herzklopfen. 52 Runden kann der Leser oder die mann-interessierte Leserin drehen, nach der Empfehlung des Autors je eine pro Woche, stets mit dem Blick zur eigenen Mitte und dem Hören auf das Knacken an den Bruchstellen des persönlichen Lebenslaufes.

Der Leser scheint gut beraten, dieser Anregung zu folgen und das Buch in Abschnitten aufzunehmen, um sich selbst zwischendurch Atempausen zu gönnen. Denn Markus Roentgen lädt nicht zu bequemen Spaziergängen auf ebener Bahn ein, vielmehr führt er den Leser in mitunter wild gestaltete Gefilde vergangenen Erlebens, gegenwärtiger Gegebenheiten oder zukünftiger Erwartungen – mit Meilensteinen, Wegweisern und Hindernissen ganz unterschiedlicher Aufschriften und Ausgestaltungen. Beziehungen, Familie und Kinder, Arbeitswelt, Freizeit und glückliche Stunden, Gesundheit, Sterben und religiöses Sehnen – letztlich jeden wichtigen Abschnitt im Männerleben berührt der Autor als Teil der Lebensstrecke. Und Schonung gewährt er dabei nicht, sehr wohl jedoch den Trost, den ein Mann empfinden kann, wenn er sich als Lebensläufer unter vielen wahrnimmt, die so wie er selbst sich anstrengen, schnaufen, immer wieder Atem holen, gelegentlich fallen und doch wieder die Kraft zum Weiterlaufen finden.

Markus Roentgen gelingt es, seine Anstöße sprachlich vielseitig an den Mann zu bringen. Er schreibt lebensnah, beispielbezogen, gelegentlich in Dialogform, zwischenstreuert er auflockernd anregende Poesie ein, er kann aber auch derb werden, direkt und laut, männerhaft halt. Sein Gegenüber, das er erreichen will, ist der ganze Mann. Ihn will er in der Fülle seiner männlichen Seiten innerlich aufmischen, in Bewegung bringen, ein Stück begleiten, ihn heil – eben ganz – seine Männlichkeit erfahren lassen.

Erschöpfung tritt nach dem Durchlauf der 52 Streckenabschnitte des Buches bestimmt nicht ein, eher ein wohliges Empfinden wie nach gelungener Anstrengung hin auf ein lohnenswertes Ziel. Und es mag sich Lust einstellen – männliche Lust auf einen neuen Anlauf im Leben. Der Weg zur männliche Lebensmitte führt mit Markus Roentgen nicht zu einer Ruhebänk, sondern zu einer Kraftquelle, die zu entdecken, freizulegen, auszuschöpfen sein Buch einlädt. Mit ihr bleibt ein Mann ein Mann – hoffentlich mit vielen weiteren Fragen.

Wolfram Göpfert

EnneaForum Termine

Rundbrief des Ökumenischen Arbeitskreises Enneagramm e.V.

Nr. 25 Mai 2004

Ökumenischer Arbeitskreis Enneagramm e.V.

Geschäftsstelle : Eveline Schmidt, Ententeich 8,
29225 Celle, Tel./Fax : (0 51 41) 4 22 34, info@enneaforum.de
www.öae.de

Arbeitskreis Enneagramm und Spiritualität

Kontakt : Cordula Hubrig, Collegienstr. 54, 06886 Wittenberg.

Regionale Kontaktstelle in Berlin :

Ökumenischer Arbeitskreis Enneagramm Berlin
Schwebelstr. 22, 12305 Berlin, Leitung : Hans Ide, mobil 0175-
5475801, Fax (030) 74 00 19 09, AB (030) 74 00 19 05

Voranzeige Jahreshauptversammlung 2005

18.-20.2. 2005 Wiesbaden-Naurod

Thema : *Abbildungen des Enneagramms im Unbewussten*
Als Referenten konnten wir den bekannten Logotherapeuten
Prof. Uwe Böschmeyer gewinnen. Ein kulturelles Highlight
wird der Auftritt des bundesweit bekannten Wiesbaden
Gospelchores XANG sein. Ort : Tagungsstätte des Bistums
Limburg, Wilhelm-Kempf-Haus 1, 65207 Wiesbaden-Naurod.
Voranmeldungen nimmt Evelyne Schmidt in der Geschäfts-
stelle in Celle gerne entgegen.

Vormerken für 2006 : JHV 10.-12. Februar 2006 im Wilhelm-
Kempf-Haus, Wiesbaden-Naurod

10 Jahre Wittenberger Kreis Enneagramm und Spiritualität

Wie in jedem Jahr konnte man auch dieses Mal hören :

„Die JHV war wieder so anregend und schön – nur schade,
dass wir zu wenig Zeit hatten

- um uns länger in Typengruppen auszutauschen
- um die Erfahrungen zum Thema „Enneagramm und Spiritu-
alität“ zu vertiefen
- um miteinander zu reden, zu singen, zu lachen und uns
überhaupt noch besser kennen zu lernen.“

Alle, die sich Zeit nehmen wollen, um solche Wünsche zu
erfüllen, sind herzlich eingeladen, im September in die
Lutherstadt Wittenberg zu kommen.

Dort, in den dicken alten Mauern des Predigerseminars,
dessen Hof direkt an das historische Lutherhaus grenzt, ist
vom 3. bis 5. September 2004 wieder ein Wochenende des
„Wittenberger Kreises Enneagramm und Spiritualität“ geplant.

Seit 1995 haben sich ÖAE-Mitglieder zusammengefunden,
um jeweils zwischen den Jahresversammlungen ein zusätzli-
ches Treffen zu organisieren. Einige Teilnehmer/innen sind
von Anfang an dabei, andere kommen jedes Mal neu dazu.

Meist gestalteten einige Teilnehmer/ innen aus dem Kreis
gemeinsam das Wochenende, und dabei kamen verschiedene
und immer wieder neue Gaben zum Vorschein. So erlebten
wir Treffen mit Elementen des Bibliodramas, mit Musik,
Tanz, Phantasiereisen, vielen kreativen Anregungen und mit
wunderbaren Gottesdiensten.

Das erste Treffen stand unter dem Motto „Enneagramm
und Gottesbilder“, mit intensiven Gesprächen und Anstößen,
die noch lange nachwirkten. Die beteiligten Einser hatten so
viele Anregungen zusammengetragen, dass die Zeit kaum
reichte. Im nächsten Jahr ließen wir es dann ruhiger angehen,

denn neben der gemeinsamen Arbeit hatten wir uns auch vor-
genommen, viel Zeit zu lassen für Gespräche, für Pausen und
für Spaziergänge durch die reizvolle Renaissancestadt Witten-
berg. Einmal erlebten wir beispielsweise eine Brunnenführung
mit Cordula, als wir uns „Wasser des Lebens“ als Thema ausge-
sucht hatten. Ein andermal ließ uns Sabina Breidung verschie-
dene Gebetsweisen erleben – ein Wochenende, das für mich
besonders wichtig wurde, auch deshalb, weil ich in einer schwie-
rigen Situation den Zusammenhalt und die selbstverständliche
Unterstützung innerhalb der Gruppe erfahren durfte. Auch da
wieder spürte ich : unter Enneagramm-Bedingungen wächst
Freundschaft schneller als sonst, und dafür bin ich dankbar.

Für das Jahr 2004 konnten wir Sabine Tramberend dafür

gewinnen, das
Wochenende mit
uns zu gestalten
(siehe unten). Ich
freue mich schon
sehr darauf und
bin gespannt, ihre
Anregungen zu
erleben.

Sabine bietet
Meditationskurse
im Kloster an.

Wer mehr wissen
möchte, kann per
e-Mail nachfragen
(tramberend@gmx.
net) oder sie anru-
fen unter Tel. (02 11) 7 26 08 81.

*Auskunft und Anmeldung zum
geplanten Wochenende bei Cordula Hubrig, Collegienstr. 54, 06886
Wittenberg, Tel. (0 34 91) 41 09 50*



Enneagramm und Spiritualität Streifen durch die religiösen Wälder 3.-5. September 2004 Kloster Wittenberg

Gemeinsam mit dem Enneagramm wollen wir die „religiösen
Wälder“ durchstreifen, die sich uns durch unsere je eigene Bio-
grafie auftun. Das heißt, wir verfolgen anhand unserer lebens-
geschichtlichen Wege die Stationen oder „Bäume“, an denen wir
Kraft, Halt, Trost und Stärkung erlebt, an denen wir uns aber
auch gerieben haben.

Die Referentin hat im Lauf ihrer Geschichte sowohl pietistische
als auch protestantische und mystisch-katholische Frömmig-
keit aktiv erlebt, genossen und erlitten und wird darüber einen
erfahrungsbezogenen Einstieg geben. Daran anschließend soll
und wird reichlich Zeit und Raum sein, um über eigene Erfah-
rungen ins Gespräch zu kommen. Einen weiteren Schwerpunkt
stellt der Blick auf den jeweiligen Enneagrammtyp dar mit
der Frage, ob hier Zusammenhänge mit prägenden religiösen
Richtungen und Anziehungs- bzw. Abstoßungserfahrungen
bestehen oder nicht.

**Herzliche Einladung an alle, die an diesem symbolträchtigen Ort
in dem Thema „herumstreifen“ wollen !**

Sabine Tramberend M.A., Psychologin und Germanistin, Enne-
agrammlehrerin, Trainerin im Bereich interkulturelle Begeg-

nung/interreligiöser Dialog, Coaching im Kloster, Pädagogische Mitarbeiterin im Katholischen Bildungswerk Wuppertal, Laurentiusstr. 7, 42103 Wuppertal, Tel. (02 02) 30 20 93, Fax (02 02) 31 68 98, www.bildungswerk-wuppertal.de

1. Regionaltag zum Enneagramm im Ruhrgebiet
9. Oktober 2004, 10–17 Uhr in der VHS Mülheim/Ruhr, Bergstr. 1–3, www.muelheim-ruhr.de/vhs, Veranstaltungs-Nr. 470 038, Kosten: € 42,- (einschließlich Kaffee und Kuchen!)
Anmeldung: Tel. (02 08) 455-4321/22; Fax 455-584321/22
Life-Interviews (Panels: alle 9 Typen), Übungen/ Hinweisen zur Typfindung, Befragung der Typ-Vertreter durch Teilnehmer, Informationen über vertiefende Enneagrammarbeit
Informationen: Johanna Jesse-Goebel
j.jesse-goebel@ob.kamp.net, Tel. (02 08) 38 10 56; Fax 38 10 57

Claudio Naranjo und Emilio Diaz-Miranda
In der ersten Dezemberwoche 2004 wird ein Workshop von Claudio Naranjo in Hamburg stattfinden. Wer Interesse hat melde sich bitte bei Emilio Diaz-Miranda
Timmerloh 37, 22417 Hamburg, ediaz@gmx.de

Von der Information zur Transformation Seminar mit Richard Rohr

3.–5.6. 2005 Kloster Walberberg (Walberberger Institut)
Wir leben in einem Informationszeitalter und hatten noch nie so viele Informationen über uns und die Welt wie je zuvor. Es besteht aber ein grobes Missverhältnis zwischen der Fülle der Informationen und dem was wir schließlich bewegen und tun. Die Bibel kann uns dabei helfen, denn sie ist ein Buch der Verwandlung: Der Dornbusch, ein Bild des verdorrten und Verachteten, wird durch das Feuer der göttlichen Liebe in einen hellen Schein verwandelt (Exodus 3, 1–4). In der Verklärungsgeschichte wird Jesus verwandelt. „sein Gesicht leuchtete wie die Sonne“, und seine Kleider wurden blendend weiß wie das Licht“ (Mt 17,2) Das Wesen Jesu leuchtet auf, das Eigentliche scheint durch. Bei all dem geht es nicht um regionale, konfessionelle oder nationale Fragen bzw. Probleme, sondern um globale. Eine gerechte Welt, welche die Schöpfung bewahrt und in der alle Menschen leben können, kann nur entstehen, wenn unsere Herzen sich bekehren.
Nähere Information: Pastor Rainer Fincke und Ulla Peffermann-Fincke, Dummersdorfer Str. 2a, 23569 Lübeck; LeoRagaz@aol.com; Tel. (04 51) 30 12 82
Anmeldung: Walberberger Institut, Rheindorfer Burgweg 39, 53332 Bornheim / Walberberg (Nähe Köln)

Brigitte Beyer

Holtruperstr. 43, 48308 Senden, Tel. (0 25 97) 17 12,
Fax: (0 25 97) 9 67 07, e-Mail: mail@beyer-brigitte.de

5.6.2004 Jahresgruppentreffen Enneagramm. Teilnehmer des Aufbaukurses 1 und 2, Haus Haard, Oer Erkenschwick
9.–11.7.2004 Einführung in das Enneagramm. Mich und andere besser verstehen und erkennen. Die neun grundlegenden Charaktermuster erleben und unsere eigene Grundausrichtung im Leben erkennen, Haus Haard Oer Erkenschwick
8.–10.10.2004 Einführung in das Enneagramm. Mich und andere besser verstehen und erkennen. Die neun grundlegenden Charaktermuster erleben und unsere eigene Grundausrichtung im Leben erkennen, Benediktiner Abtei Gerleve

13.–15.11.2004 Kreativ arbeiten mit dem Enneagramm
Aufbau 1. Weitere Klärung des Musters. Auflösung von blockierenden Glaubenssätzen. Begegnung mit dem inneren Kind, Haus Haard Oer Erkenschwick

Rainer Fincke, Ulla Peffermann-Fincke

Dummersdorfer Str. 2a, 23569 Lübeck, Tel. (04 51) 30 42 92
Unsere Schwerpunkte sind: Spirituelle Arbeit mit dem Enneagramm, Betrachtung von Lebensthemen unter Berücksichtigung des Enneagramms. Wir organisieren Seminare und Vorträgen zu folgenden Themen: Einführung in das Enneagramm, Hilfe bei persönlichen Entscheidungsfindungen, Verbesserung der kommunikativen Kompetenz, Motivationstraining, Enneagramm und Beziehung, Hilfen zur Krisenbewältigung, zeitgemäße Ethik.
Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung mit dem Enneagramm

22.–25.7.2004 „Hinfallen ist menschlich – liegenbleiben ist tödlich – aufstehen ist göttlich, Abtei Münsterschwarzach bei Würzburg

10.–12.9.2004 „Wege finden“ – Entscheidungen treffen, Haus Benedikt Würzburg

3.–5.12.2004 „Alte Werte neu entdecken“, Katholische Landvolkshochschule Rhöndorf
Informationen bei den Bildungshäusern oder unter ob. Adr.

Gotthard Fuhrmann

Supervisor, DGSv
Winzerstraße 82 A, 01445 Radebeul, Tel. (03 51) 8 30 13 68; gotthard.fuhrmann@arcor.de.
Angeboten werden: Einführungskurs / Vertiefungskurs / Beziehungskurs / Neun heilende Bilder / Partnerschaft & Enneagramm (Paar-Kurs) / Enneagramm & eigene Biografie (Doppelkurs).
Gearbeitet wird in allen Kursen mit Körperübungen, Wahrnehmungsübungen aus dem focusing, Imaginationen und mit Erkenntnissen u.a. Dürckheims und seiner Schüler. Mindestalter für die Teilnahme: 25 Jahre. Inhaltliche und terminliche Fragen bitte an den Kursleiter. Info Finanzen und Anmeldung für alle Kurse: Evang. Erwachsenenbildung Sachsen, Barlachstr. 3, 01219 Dresden, Tel. (03 51) 4 71 72 95, Fax (03 51) 4 72 09 32, landesstelle@eeb-sachsen.de

Norbert Häg, Barbara Oschwald-Häg

Römerstr. 5A, 77656 Offenburg, Tel. (07 81) 9 68 06 46, Fax (07 81) 9 68 06 47, norbhaeg@aol.com

24.–29.6.2004 Professional Training nach Helen Palmer, Panel-Interviews und psychologisches Wachstum, in Rischweier bei Heidelberg, Veranstalter GFE, Schimperstr. 1, 68167 Mannheim, Tel. 0621 14449, mail: Ennpraxma@aol.com, www.enneagrammportal.de

19.–21.11.2004 Aufbaukurs für Paare

20.–25.1.2005 Professional Training nach Helen Palmer, Typisierung und die höheren Aspekte der neun Typen, in Rischweier bei Heidelberg, Veranstalter GFE, Schimperstr. 1, 68167 Mannheim, Tel. 0621 14449, mail: Ennpraxma@aol.com, www.enneagrammportal.de

Gerd Heck und Ute Faßbender-Heck

Arena-Praxis für psycholog. Fortbildung (aipf), Kantstr. 8, 53332 Bornheim, Tel. (0 22 22) 93 67 75, Fax (0 22 22) 93 67 73, aipf-heck@t-online.de.
E. für Paare; E. für Lehrer; E. für pflegende Berufe; Individuelle

*Partnerschaftsanalyse für Einzelpaare ; Diagnose-Beratung-
Training, Termine/Kosten auf Anfrage. Alle Kurse finden statt in
der Arena-Praxis Bornheim.*

*Kurse in der Kommunität Grimnitz/Brandenburg Joachimsthal :
Psychologie praktisch : Menschenkenntnis nach dem E. ; Bibel
lebendig : Bibliodrama in Aktion. Info bei uns.*

Sr. Anneliese Heine

Am Linsenberg 17, 55131 Mainz, Tel. (0 61 31) 23 11 18,
Anneliese.Heine@t-online.de, *Programm bitte anfragen*

Sr. Marie-Helene Hübben msc

Pallotti-Haus, 85354 Freising, Tel. (0 81 61) 96 89-16
maria@cplusnet.de, www.pallottiner-freising.de

Enneagramm – und was dann ? Spirituelle Erfahrungsgruppe

(Gesprächs- und Therapiekreis) am : 29.6. und 20.7.2004
21.9. ; 9.11. ; 12.10. ; 9.11. ; 7.12.04 ; 11.1.05 neues Seminar
Leitung: Sr. Marie-Helene MSC, Kosten 35,- €, Pallotti-Haus,
Freising, jeweils 9–11 Uhr

3.–5.9.2004 Einführung in das Enneagramm

5.–10.9.2004 Intensiv-Zeit Enneagramm

Leitung Sr. Marie-Helene und Alfons Keuter, Geistliches Zen-
trum, Bonifatiuskloster, Klosterstr. 5, 36088 Hünfeld

Info und Anmeldung: 06652-94-537, gz@bonifatiuskloster.de

31.–3.11.2004 Intensiv-Zeit Ennagr., Pallotti-Haus, Freising

Hans Ide

Dipl. Enneagrammlehrer, Enneagramm-Kreis Berlin
Schwebelstr. 22, 12305 Berlin, Tel. (01 75) 5 47 58 01,

Fax (0 30) 74 00 19 09

*Spiritualität des Enneagramms. Exerzitien unter Einbeziehung
des Enneagramms. Gruppen- und Einzelkurse auf Anfrage*

Dipl. Päd. Johanna Jesse-Goebel

Sauerbruchstr. 12, 45470 Mühlheim/Ruhr, Tel. (02 08) 38 10

56, Fax 38 10 57, e-Mail : j.jesse-goebel@ob.kamp.net

*Ich arbeite mit Konzepten der Transaktionsanalyse und
Erkenntnissen des Enneagramms (nach H. Palmer).*

Werner Lambach

Küstriner Str. 34, 34212 Melsungen, Tel. (0 56 61) 5 04 09, Fax
92 13 31, Werner-Lambach@t-online.de

Enneagramm-Infotag: An diesem Tag wird die Typologie
Enneagramm vorgestellt. Die TeilnehmerInnen haben die
Möglichkeit, ihren eigenen „Typ“ zu finden. Die Stärken und
Schwächen sowie die Entwicklungsmöglichkeiten eines jeden
Enneagramm-Musters werden aufgezeigt. Ort: Melsungen

Termine: 3.7.2004, 4.12.2004, jeweils 10–18 Uhr, € 60,-

Einführungswochenendseminar 5.–7.11.2004 im Kloster Ger-
merode (bei Eschwege/Nordhessen), € 95,-, Anmeldung:
M.Gerland@ekkw.de, Tel. (0 56 54) 92 38 88

Enneagramm-Workshop: Dieser Workshop setzt voraus, dass
die Teilnehmer bereits ihr eigenes Enneagramm-Muster
kennen. Der Teilnehmerkreis für dieses Seminar ist auf 10
Personen beschränkt. Termine: 30.10.2004 jeweils 10–18 Uhr,
€ 90,- (Ermäßigung indiv. möglich)

Auf Anfrage Enneagrammseminare vor Ort für einzelne Grup-
pen oder Gemeinden. Individuelle Wünsche zu Seminarinhal-
ten/-schwerpunkten können mit mir abgestimmt werden.

Einzelberatung/-begleitung (Lebensberatung): Kosten auf
Anfrage ; im Rahmen dieser Einzelgespräche wird auf die
individuellen Fragen des eigenen Typs intensiv eingegangen.
Die Beziehungsdynamiken z.B. zwischen PartnerIn, Kindern,
Eltern, Kollegen werden aufgezeigt. Diese Gespräche können
einzeln oder auch als Paar, je nach Bedarf bzw. auch pro-
zessbegleitend über einen längeren Zeitraum durchgeführt
werden. Die Einzelberatung bietet sich besonders in Schnitt-
stellensituationen des Lebens an (Neubeginn privat/beruf-
lich, Trauer, Trennung/Scheidung etc.).

Margit Lambach-Bialowons

Enneagramm- und Bibliodrama-Kurse

Pangesweg 11, 34132 Kassel, Tel. (05 61) 4 00 37 77

e-Mail : margit.lambach-bialowons@eghn.de

11.–15.10.2004 „Enneagramm – Versöhnung mit meiner
Prägung und Familiengeschichte“, in Winterberg-Elkering-
hausen ; Anmeldung siehe oben

Barbara Hugentobler-Rudolf/Ludwig Zink

Haus Gutenberg, FL-9496 Balzers, Telefon (00423) 388 11 33,

Telefax (00423) 388 11 35, gutenberghaus@gutenberg.li,

www.haus-gutenberg.li

Pamela Michaelis

zert. Enneagrammlehrerin, Supervisorin, Trainerin

Typisierungsinterviews, Einzel- Paar- und Teamcoaching.

Spirituelles Wachstum – Transformation der Leidenschaft

– fortlaufende Gruppe in Hamburg, Isestrasse 55,

20149 Hamburg, Tel. (0 40) 4 80 80 99, Fax. (0 40) 4 80 17 87,

e-Mail : pamela@gainpower.de

5.6.2004 Enneagramm im Beruf. An diesem Tag bieten wir
eine Reihe von kl. Workshops zu diesem Thema an.

27.–28.8.2004 Subtypen Workshop (Vertiefungskurs)

29.–31.10.2004 Spirituelles Wachstum in Beziehung und

Alltag. Pamela Michaelis und Norbert Hög

Carola Modrejewski

Lebenswerkstatt. Individuelle Lebensberatung – Seminare

Langer Kamp 25, 31139 Hildesheim, Tel. (0 51 21) 20 87 11, Fax

20 87 13, e-Mail : CModrejewski@t-online.de

11.9.2004 Weniger Beziehungsstress durch Nutzung des Enne-
agramms, KEB Sachsen-Anhalt, Roncali-Haus Magdeburg

25.9.2004 „Typen mit Licht- und Schattenseiten“. Einführungs-
kurs zum E., KEB Sachsen-Anhalt, Roncali-Haus Magdeburg

Hans Neidhardt + Karin Kunze-Neidhardt

Moltkestr. 18, 69469 Weinheim, www.Hans-Neidhardt.de

Hans Neidhardt : Tel. (0 62 01) 18 68 05, Fax (0 62 01) 18 68 06,

Hans.Neidhardt@t-online.de

Karin Kunze-Neidhardt : Tel. (0 62 01) 50 72 78, Fax (0 62 01)

50 72 99, Karin.Kunze-Neidhardt@t-online.de

10.–12.9.2004 Enneagramm live – der Basiskurs: personen-
zentrierte und focusingorientierte Enneagrammarbeit, Hirsch-
berg, Leitung: Hans Neidhardt, € 190,- Kursgebühr

9.–13.6.2004 Miteinander wachsen – der Enneagramm-Paar-
kurs, Hirschberg, Leitung: Karin Kunze-Neidhardt + Hans

Neidhardt, € 600–750,- Kursgebühr/Pair (Selbsteinschätzung)
4.–8.5.2005 Miteinander wachsen – der Enneagramm-Paarkurs, Schwanberg, Leitung: Karin Kunze-Neidhardt + Hans Neidhardt, € 600–750,- Kursgebühr pro Paar (Selbsteinschätzung)

17.–21.11.2004; 20.–23.1.2005; 10.–13.3.2005; 2.–5.6.2005 *Enneagramm Intensivtraining*, Schwanberg, Leitung: Hans Neidhardt, € 1140,- Kursgebühr;

20.–24.10.2004; 1.–5.12.2004; 2.–6.2.2005 *Focusing – Ausbildungsgruppe* (Voraussetzung: Einstiegsseminar), Leitung: Hans Neidhardt, € 1020,- Kursgebühr

23.–27.6.2004 Ich vertraue auf die Kraft des Lebens – Focusing und Naturerfahrung für Frauen, Leitung: Karin Kunze-Neidhardt, € 320,- Kursgebühr

30.6.–4.7.2004 Focusing – die heilsame Beziehung zu sich selbst (Einstiegsseminar), Leitung: Hans Neidhardt, € 340,- Kursgebühr

13.–17.10.2004 Ich vertraue auf die Kraft des Lebens – Focusing und Naturerfahrung für Frauen, Leitung: Karin Kunze-Neidhardt, € 320,- Kursgebühr

7.–11.9.2005 Mein inneres System – Focusing und systemisches Arbeiten mit strukturgebundenem Erleben, Schwanberg, Leitung: Karin Kunze-Neidhardt + Hans Neidhardt, € 360,- Kursgebühr

Spirituelles Zentrum StMartin am Glockenbach

Arndtstraße 8, 80469 München, 089-202 44 294, www.stmartin-muenchen.de

Seminare mit Andreas Ebert und Richard Rohr 2004

16.09.04 Wie wird der Mann zum Mann? Der Weg der Initiation, Anmeldungen: www.evstadtakademie.de

17.–19.9.2004 Neun Wege zu Gott, neun Wege zum Selbst.

Das Enneagramm als spiritueller Wegweiser, Exerzition- und Bildungshaus Schloss Hirschberg im Altmühltal, € 145,- Tagungskosten; € 92,- Unterkunft/Verpflegung (DZ), € 106,- (EZ) Anmeldung erforderlich bis 31.7.04, Anmeldungen: www.evstadtakademie.de

Sabine Tramberend

Trainerin und psych. Dozentin, Ziegeleiweg 62, 40591 Düsseldorf, Tel. (02 11) 726 08 81, tramberend@gmx.net, www.tramberend.com

Coaching im Kloster: Besinnung, Beratung, Training; Zisterzienserklöster Langwaden

Dipl.-Päd. Gerald Weidner

Im Kammerfest 3, 63628 Bad Soden Salmünster, Tel. (0 66 60) 17 42, e-Mail: Weidner.SJH@t-online.de

Einführungskurs, Kurse auf Anfrage

Jürgen Werner & Ulf Tödter – Seminare & Coaching

Wintererstr. 59, D-79104 Freiburg, Tel. (07 61) 20 22 98-6, Fax 20 22 98-7, e-Mail: info@werner-und-toedter.de; www.werner-und-toedter.de.

Enneagramm-Aufbauseminare:

18.–21.6.2004 Persönliches Wachstum mit dem Enneagramm, Freiburg, Seminarleiter: Ulf Tödter & Jürgen Werner, Seminargebühr: 160,- €

8.–10.10.2004 Enneagramm live!, Freiburg, Seminarleiter: Ulf Tödter & Jürgen Werner, Seminargebühr: 160,- €
Weitere Seminarangebote und zusätzliche Informationen zu diesen Seminaren finden Sie auf unserer Homepage.

ÖAE-Internetseite www.oae.de

Unsere neue HomePage ist fertig und unter www.oae.de zu erreichen. Wir freuen uns auf einen regen Austausch mit euch. Weitere Links findet ihr dort.

Achtung – der bisherige Weg um Seminartermine zu veröffentlichen hat sich verändert. Jede kann dies nun selbst in der entsprechenden Rubrik tun, eine Erläuterung dazu und zu den Kosten findet ihr vor Ort.

Regionale Enneagramm-Gesprächskreise

Herzliche Einladung zu den folgenden Gesprächskreisen. Die Nennung bisher bekannter Kreise wird in jedem Rundbrief automatisch wiederholt. Weitere Informationen sind bei den entsprechenden Kontaktpersonen einzuholen. Sollte ein Gesprächskreis nicht mehr bestehen oder sich an anderen Orten neu gebildet haben – bitte der Redaktion zwecks Veröffentlichung mitteilen.

Raum Aachen: Gisela Engel/Regina Walz, Ofdener Gracht 7, 52477 Alsdorf, Tel. (0 24 04) 55 64 28, ritterfest@t-online.de
Berlin: Hans H. Ide, Schwebelstr. 22, 12305 Berlin, Tel. (0 30) 74 68 15 48.

Duisburg: Treffen einmal monatlich abends, H. Friedrich, Innsbrucker Allee 40, 47249 Duisburg, Tel. (02 03) 70 40 34.
Erfurt: 2–3 Treffen pro Jahr, Maria Dreiling, Ernst-Abbe-Str. 11, 99097 Erfurt, Tel. (03 61) 4 22 25 99.

Freising: Spirituelle Enneagramm-Gesprächsgruppe, Sr. Marie-Helene, Vinzenz-Pallotti-Haus, Tel. (0 81 61) 96 89-0.
Hamburg, Kontakt: Pamela Michaelis, Tel. (0 40) 4 80 80 99, Fax. (0 40) 4 80 17 87, pamela-michaelis@t-online.de
Kalchreuth: Röckenhoferstr. 28, 90526 Kalchreuth, Info: Manfred Kerling, Tel. (09 11) 5 18 81 12.

Kassel: Hauskreis mit enneagrammatischer Psalmen-Betrachtung, jeden zweiten Donnerstag im Monat bei Margit Lambach-Bialowons, Kassel, Tel. (05 61) 4 00 37 77.

Raum Köln/Bonn: Gerd Heck und Ute Faßbender-Heck, Kantstr. 8, 53332 Bornheim, Tel. (0 22 22) 93 67 75.

Leipzig: Treffen alle 3–4 Wochen Sonntagabend. Info: Heike Heinze, Kieler Str. 41, 04357 Leipzig, Tel. (03 41) 41 09 50

Marburg: In der Gemoll 42, 35037 Marburg, Info: Barbara Melnyk, Tel. (0 64 21) 3 49 35.

Melsungen: jeden letzten Donnerstag im Monat bei Werner und Heidrun Lambach, Melsungen, Tel. (0 56 61) 5 04 09.

Salzkotten: Heinrich Wächter, Marienplatz 3, 33154 Salzkotten-Verne, Tel. (0 52 58) 93 44 31.

Stuttgart: Offene Gruppe, monatlich, samstags 11–13 Uhr im Kath. Bildungswerk, € 5,- Unkostenbeitr., Info: Christel Freed, Seyfferstr. 18, 70197 Stuttgart, Tel. (07 11) 62 47 21.

Suhlendorf: Treff 14-tägig im Gemeindehaus der Kirchgemeinde, Info: Irmgard Mantzel, Talweg 2, 29562 Suhlendorf, Tel. (0 58 20) 10 67.

Raum Zürich: Ludwig Zink, Thesenacher 50, CH-8126 Zuzikon, Tel (0041) 043 288 08 30, e-Mail: ludwig_zink@yahoo.de

Plansecur zum Thema – Geld und Beratung

„**Das Maß** jeder Plansecur-Beratung **sind** die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Überzeugen **Sie** sich selbst!“

Berater und Begleiter zu sein – das ist meine eigentliche Berufung.



Zwei Dinge haben mir immer Freude bereitet: der Umgang mit Zahlen und die Beratung und Begleitung von Menschen. Deshalb war ich nach meiner Tätigkeit als Bankkaufmann und einer theologisch-pädagogischen Ausbildung im diakonischen und kirchlichen Bereich tätig.

Dabei wurde mir klar: „Berater und Begleiter zu sein – das ist meine eigentliche Berufung.“ Seit 1995 bin ich selbstständiger Plansecur-Berater, seit 1998 auch Gesellschafter der bundesweit tätigen Unternehmensgruppe. Hier kann ich diese beiden Begabungen gleichermaßen leben: Ich möchte nicht nur ein Experte für Finanzfragen sein, sondern auch ein Ratgeber, dem man vertrauen kann und der sich dauerhaft um die anstehenden Fragen gewissenhaft kümmert. Ich sehe es als ein Geschenk an, dass dies auch die Beratungsphilosophie der Plansecur ist.

Ganzheitliche Vermögensberatung und systematische Finanzplanung, wie sie die Plansecur seit mehr als 15 Jahren praktiziert, beginnt nicht immer mit einem Vermögen. Aber stets mit einem fachkundigen Rat und einem individuellen Plan.

Denn kein Mensch gleicht dem anderen. Entsprechend vielfältig sind die Wünsche und Ziele, die unsere Kunden mit Hilfe ihres persönlichen Beraters verwirklichen: ■ Vernünftige Grundabsicherung der ganzen Familie ■ Kapitalaufbau mit Maß und System ■ Ertragreiche Geldanlagen ■ Vorsorge fürs Alter ■ Tragfähige Hausfinanzierungen ■ Solide Konzepte für Existenzgründer ■ Kurzum – beruhigende Sicherheit in allen persönlichen und beruflichen Geldangelegenheiten.

Doch bei aller Vielfalt, eines haben unsere Kunden gemeinsam: den Wunsch, verantwortungsvoll und erfolgreich mit ihrem Geld umzugehen, um das Beste aus ihrer jeweiligen Vermögenslage zu machen. Darum vertrauen sie der Plansecur. Sie haben erfahren, dass sie hier nicht nur bedarfsgerecht und kompetent beraten werden, sondern auch glaubwürdig.

Falls auch Sie Sicherheit in all Ihren privaten und beruflichen Geldfragen wünschen und individuellen Rat suchen, dann sollten wir uns einmal näher kennen lernen. Bei dieser Gelegenheit können wir über die Plansecur, unser Beratungsangebot und ebenso ausführlich über Ihre Ziele und Wünsche sprechen. Rufen Sie doch einfach einmal an. Zeit für ein gutes Gespräch findet sich immer.

Jeder Tag ein Vermögen.

Plansecur
Die systematische Finanzplanung

Das Enneagramm-Prozessmodell in der Psychotherapie

Ein Fallbeispiel aus der psychotherapeutischen Praxis

von Arno Kohlhoff

Das Enneagramm lässt sich meiner Erfahrung nach sehr Gewinn bringend in der psychotherapeutischen Praxis anwenden. Besonders in der weniger bekannten Variante des Prozessmodells, wie es von K.B. Vollmer beschrieben wurde, lässt sich das Veränderungsgeschehen innerhalb eines psychotherapeutischen Prozesses bildhaft und konkret nachzeichnen. (Zum Vollmer'schen Prozessmodell hat z.B. Gerhard Heck mehrfach im EnneaForum veröffentlicht). Dabei versteht Vollmer die 9 Punkte auf dem Enneagramm als 9 Phasen eines Problemlöseprozesses. Was sonst oft im Vagen verbleibt, nämlich wie sich Veränderung vollzieht, erfährt hier eine Konkretisierung.

Im Folgenden stelle ich zur Illustration des Prozessmodells einen Fall aus meiner Praxis vor. Jeder Punkt des Prozessmodells stellt eine spezifische Herausforderung für die Klientin dar. Jeder der 9 Punkte wird erläutert, und zur Veranschaulichung dienen komprimierte und idealisierte Dialog-Sequenzen (die genau so nicht stattgefunden haben).

Punkt 1 : Unzufriedenheit wird wahrgenommen.
„So kann es nicht weitergehen!“

Die Klientin (fortan S. genannt) berichtet: „Ich bin die Silvia, 28 Jahre alt, Krankenschwester und arbeite im Krankenhaus in der Inneren Abteilung. Typische Eigenschaften von mir sind Sensibilität, Hilfsbereitschaft und ein geringes Selbstbewusstsein. Ich neige zur Melancholie. Besonders belastend empfinde ich meine Beine, da ich an Lymphödemen leide und mich deswegen hässlich finde. Meine Problem gehen so weit, dass ich mich deswegen nicht mehr unter Leute traue, schon gar nicht im Sommer, wenn es heiß ist. Röcke und kurze Hosen sind Tabu. Schwimmbad genauso. Ich denke ständig darüber nach, was wohl andere Menschen über mich denken könnten. Ich will Fehler um jeden Preis vermeiden, damit andere nicht schlecht über mich denken. Irgendwie fühle ich mich dieser Welt nicht wirklich zugehörig.“

Deutlich zum Ausdruck kommt die große Unzufriedenheit von Silvia mit ihrer aktuellen Lebenssituation. Das subjektiv erlebte Ausmaß an Leid ist so groß, dass sie sich gezwungen sieht, aktiv dagegen vorzugehen. Kennzeichnend für Punkt 1 ist also die Wahrnehmung einer Diskrepanz zwischen einem Ist- und einem Soll-Zustand.

Punkt 2 : Naheliegende Lösungsmöglichkeiten werden ausprobiert und scheitern.
„Alleine schaffe ich es nicht!“

S: „Spezielle orthopädische Strümpfe und besondere Krankengymnastik haben kaum etwas gebracht. Ein

4-wöchiger Aufenthalt in einer Spezialklinik verlief enttäuschend. Niemand konnte mir helfen. Mittlerweile denke ich, dass es besser für mich wäre, ich könnte mich mit meinen Beinen besser annehmen, aber ich habe keine Ahnung, wie das gehen soll. Das war der Moment, als ich beschloss einen Psychotherapeuten aufzusuchen, zumal eine Freundin mir jemanden empfehlen konnte.“

Kennzeichnend für Punkt 2 sind also erste Lösungsversuche, die aus dem unmittelbaren Erfahrungsraum der Klientin stammen. Hätte sie damit Erfolg gehabt, wäre der Problemlöseprozess bereits jetzt zu Ende. Da sie jedoch nicht die erhoffte Linderung bringen, wächst die Bereitschaft, sich Hilfe von außen zu holen.

Punkt 3 : Erster Außenimpuls.
„Ich öffne mich Einflüssen von außen“

S: „Ich weiß nicht mehr wie ich mich so hilflos fühle. Ich ahne, dass meine bisherigen Bemühungen, das Problem in den Griff zu bekommen die Sache irgendwie nicht richtig treffen. Arno, was soll ich denn tun?“

Arno (fortan A.: „Wenn es einfach damit getan wäre, dir zu sagen, was zu tun ist, dann hättest du es längst selber getan. Möglicherweise brauchen wir ein umfassenderes Gesamtverständnis deiner Lebenssituation, deines Problems und deiner ganz speziellen Art, Probleme zu lösen. Dazu aber brauchen wir Zeit und deine Bereitschaft, dich näher mit dir selber zu befassen.“

An Punkt 3 bedarf es eines Außenimpulses, um weiter zu kommen. In diesem speziellen Fall möchte S. eine Psychotherapie beginnen. Als Therapeuten fallen mir jetzt vor allem drei Aufgaben zu: Erstens, die aktuelle Situation und das Problem der Klientin umfassend zu verstehen, indem ich zu Punkt 1 (Situation) und Punkt 2 (Problem, Lösungsversuche) zurück gehe. Zweitens, einen Eindruck von der Persönlichkeit der Klientin zu bekommen, besonders davon, wie sie üblicher Weise mit Problemen umgeht bzw. daran scheitert. Hierbei bilde ich mir eine erste und vorläufige (!) Hypothese bezüglich ihres Enneagrammtyps. Und drittens etabliere ich eine stabile vertrauensvolle Beziehung.

Punkt 4 : Auseinandersetzung mit den Widerständen.
„Es geht ans Eingemachte“

A: „Wir haben in den letzten Wochen viel über dich gelernt. Wir kennen deine typischen Reaktionsmuster, die vor allem darin bestehen, Situationen, die dir Angst machen, zu meiden (z.B. Cafe- oder Schwimmbadbesuch). Wir sehen, dass dich das zwar kurzfristig entlastet, langfristig

aber dazu führt, dass du dich zunehmen isolierst und die Ängste eher noch weiter zunehmen. Ein bloßes Verständnis des Problems löst es aber noch längst nicht. Jetzt kommt es auf dein Handeln an. Davor hast du Angst und das ist normal. Deshalb fallen dir tausend Gründe ein, warum sich am Problem nichts ändern lässt. Wichtig ist jetzt, dass du ganz konkrete Erfahrungen machst, die dir helfen werden, daran zu glauben, dass du dich unbeschwert in der Öffentlichkeit zeigen kannst. Wir sollten gemeinsam einen Handlungsplan aufstellen.“

Dieser Handlungsplan berücksichtigt das spezielle Lebensumfeld der Klientin. Er sieht vor, dass sie lernt, sich an Orte zu begeben, an denen sie Angst hat, negativ von anderen bewertet zu werden. Dies gilt besonders für Kneipen, Schwimmbäder, Saunas u.ä.

S.: Ich habe Angst, eine Kneipe oder Cafe zu betreten, weil ich befürchte, dass mich alle Leute anstarren werden und denken, dass so was Hässliches wie mich verboten gehört. Ich spüre aber auch eine Faszination an der Vorstellung, dass alle Augen nur auf mich gerichtet sein werden. Ich soll also wirklich in meine frühere Lieblingskneipe, das ‚Kult‘, gehen? Das schaffe ich nicht. Kein Mensch kann verstehen, wie schrecklich das für mich ist. Ich schäme mich da in Grund und Boden, das halte ich nicht aus! Ich bin und bleibe hässlich. Meine Beine lassen sich nun mal nicht ändern. Ich werde mir nie gefallen. Daran ändert auch eine Therapie nichts.“

An Punkt 4 melden sich all die inneren Stimmen, die eine Veränderung doch nicht so toll finden, weil verunsichernd und beängstigend. Hier hilft das Wissen um den jeweiligen Enneagrammtyp besonders, denn die Ausgestaltung der Widerstände ist sehr typspezifisch. Aus Platzgründen muss hier eine Vertiefung unterbleiben. Typspezifische Widerstände bei S. (wahrscheinlich eine Typ Vier) waren erstens die „keiner-versteht-mich“ Masche (und deswegen „kannst du mir auch nicht helfen“) und zweitens die Überzeugung „das Gefühl der Scham wird mich umbringen“.

Der „garstige Graben“ zwischen Punkt 4 und Punkt 5 – „Meine Grundfeste sind erschüttert“

Bezeichnender Weise wird dem wichtigsten „Veränderungspunkt“ im gesamten Modell eben gerade kein Punkt zugewiesen, es bleibt ein offener Raum, analog dem optischen Modell des Enneagramms, in dem zwischen 4 und 5 eine große Kluft vorliegt. Der Übergang wird stets krisenhaft und voller Selbstzweifel erlebt. Man sehnt sich zurück nach Punkt 4, zu seinen Widerständen, mit denen man versuchte sich davon zu überzeugen, dass gerade bei einem selber Veränderung unmöglich, unwichtig, falsch, erst später dran sei usw. Der Schritt von der denkenden und emotionalen Ebene (Punkte 1 bis 4) hin zur handelnden (Punkte 5 bis 9) muss allerdings gegangen werden, will der Mensch weiterkommen. Alle vorbereitenden Maßnahmen sind getroffen: Der Aufbau einer tragfähigen Beziehung, ein präzises empathisches Verstehen des Problems und dessen klientengerechte Überführung in den sich daraus ergebenden Lösungsweg. Hier heißt es etwas salopp: hopp oder topp!

A.: „Folgendes hatten wir besprochen: Du begibst dich

ins „Kult“ mit dem Ziel, deine Vermutung, dass alle Leute dich anstarren werden, zu überprüfen. Wenn du eintrittst, wäre deine normale Reaktion, auf den Boden zu schauen und alles um dich herum auszublenden. Diesmal aber – und wenn es das einzigste Mal in deinem Leben bleibt – schaust du dich um: langsam und ganz bewusst. Du guckst den Menschen ins Gesicht und suchst den Blickkontakt. Du erstellst im Gedanken eine Liste, wer und wie viele Leute dich anstarren. Dein innerer Beobachter registriert in dieser Phase alle deine gefühlsmäßigen und gedanklichen Reaktionen. Das war der Plan. Und jetzt erzähl mal, wie es dir ergangen ist.“

S.: „Ich ging also rein ins Cafe „Kult“ und mein erster Impuls war, wegzuschauen, gedanklich in den Boden zu versinken, mich tot stellen. Ich zwang mich, den Kopf zu heben und schaute mich angstvoll und hektisch um. So ging das vielleicht 2 bis 3 Minuten. Mittlerweile hatte ich einen Sitzplatz gefunden und ich beruhigte mich ein kleines bisschen. Dann erinnerte ich mich an meine Aufgabe und war fest überzeugt, dass mich alle Leute anstarren werden. Zu meinem Erstaunen stellte ich fest, dass in der ganzen Zeit nur zwei Personen zu mir hergeschaut hatten – eine junge Frau, die mich unauffällig musterte und ein junger gutaussehender Typ, der mit mir Blickkontakt aufnahm. Alle anderen Personen nahmen keinerlei Notiz von mir. Ich war völlig verblüfft und fühlte mich verwirrt. Enttäuschung stieg in mir auf – was muss ich den anderen gleichgültig sein! Das machte mich traurig. Ich wurde unruhig, bis ich bemerkte, dass ich über mich selber wütend wurde. All die verlorenen Lebensjahre, in denen ich mich verkrochen hatte! Gefühlschaos pur, ich konnte keine klaren Gedanken mehr fassen. In diesem Zustand blieb ich noch über eine Stunde sitzen. Langsam ging es mir ein bisschen besser. Zum Schluss war ich total erschöpft aber auch ein wenig stolz auf mich.“

Kennzeichnend in dieser Phase ist die Erfahrung, sich in einem Art „Niemandland“ zu bewegen. Das Bekannte ist weg, ein Neues noch nicht in Sicht. Typischer Weise werden hier Angst und Verwirrung erlebt. Das Gefühl von Kontrollverlust wirkt bedrohlich. Hier ist höchste Aufmerksamkeit vom Therapeuten gefordert und doch ist die Klientin jetzt ganz allein. Menschliche und therapeutische Nähe ist unverzichtbar und doch bleibt die existenzielle Einsamkeit unüberwindbar.

Punkt 5: Die Ausrichtung auf das Ziel fällt schwer. „Werde ich je an mein Ziel gelangen?“

Situationen dieser Art mit steigendem Schwierigkeitsgrad suchte S. in den folgenden Wochen immer wieder auf. Sie stellte sich der Realität. So spazierte sie etwa im Bikini im Freibad herum und lernte, gelegentliche neugierige Blicke auf ihre „entstellten“ Beine zu ertragen („sie sehen wirklich etwas komisch aus“). Dennoch fragt sie sich häufiger:

S.: „Wofür tue ich das alles? Es kommt mir manchmal so sinnlos vor. Aber sein lassen kann ich es auch nicht mehr. Wenn ich Lust auf Freibad habe, gibt es jetzt keinen Grund mehr, nicht hin zu gehen. Nur bezweifle ich, dass ich dieses Selbstbewusstsein ein Leben lang durchhalten kann. Es ist alles so kompliziert.“

Natürlich stellt sich bei S. kein geradliniger und reibungsloser Prozess ein. Rückschläge, Zweifel am eigenen Tun, die Frage, „worauf habe ich mich bloß eingelassen?“ kennzeichnen den Weg. Eine Vorstellung von der Richtigkeit eigenen Handelns ist vorhanden – aber oft scheint das Ziel so unerreichbar weit weg. Ein Zurück ist nicht mehr wirklich möglich. Hier kann es leicht vorkommen, dass der soeben eingeschlagene Weg abgebrochen wird oder versandet und die alten (typspezifischen) Muster die Oberhand gewinnen. Deshalb braucht es gerade jetzt einen zweiten Impuls von außen:

Punkt 6: Der 2. Außenimpuls weist den Weg.
„Ich erkenne mein Ziel immer deutlicher“

A.: „Deine Erfahrungen verwirren und ängstigen dich. Du ärgerst dich, weil nichts voran zu gehen scheint. Sicher, dir geht alles viel zu langsam. Aber bedenke: ich beobachte schon seit einigen Wochen, wie du dich veränderst. Aus Passivität ist Tatkraft geworden, deine Verzagttheit hat Platz gemacht für Mut. Ich erlebe dich selbstbewusster und in deinen Entscheidungen freier. Es geht also offensichtlich um viel mehr, als um dein Äußeres. Sich zugehörig fühlen macht frei, ich selbst zu sein. Ich bin ich. Ich stehe zu mir.“

S.: Stimmt. Zum ersten Mal in meinem Leben bekomme ich ein Gefühl dafür, wer ich eigentlich bin. Das ist aufregend und einschüchternd zugleich. Aber ich glaube es lohnt sich!“

Der Therapeut muss in dieser Phase der Klientin helfen, sich einen Reim auf das bisher Erlebte zu machen. Psychologisch gesprochen ist das die kognitive Verankerung. Ohne sie wäre die Gefahr groß, sich von Nebensächlichkeiten ablenken zu lassen oder falsche Schlussfolgerungen zu ziehen.

Punkt 7: Veränderungen sind nicht mehr zu übersehen.
„Ich freue mich über das Erreichte“

S.: „Vielen meiner Freunde und Arbeitskolleginnen ist nicht verborgen geblieben, dass ich viel offener und selbstbewusster geworden bin. Ich gehe gerne aus und erzähle von mir. Blicke, die auf mich gerichtet sind, stören mich immer seltener. Jedenfalls hauen sie mich nicht mehr um. Ich fühle mich freier. Mein Leben ist viel reicher geworden.“

An Punkt 7 ist ein möglicher Endpunkt der Entwicklung erreicht. S. könnte sich hier mit dem Erreichten neuen Bewusstsein identifizieren und sich faszinieren lassen. Sie könnte sich mit der Freude zufrieden geben, sich relativ unbeschwert bewegen zu können, frei von Schamgefühlen. Der therapeutische Prozess fände ein gutes Ende. Was wäre nun, wenn sie an ihrem Thema dranbliebe?

Punkt 8: Das Ziel ist vollständig erreicht.
„Ich habe den Gipfel erklommen, deshalb steige ich weiter.“

Schreitet S. weiter voran, verlässt sie die Freude und Selbstzufriedenheit an Punkt 7 um voll in dem Ziel aufzugehen. Das Ziel wird zusehends verinnerlicht bis zum Punkt der Selbstverständlichkeit, so als sei das Ziel nie absent gewesen. Man denkt nicht ständig dran – und doch ist es integraler Bestandteil des Seins geworden. Man hat sich vom Ziel gelöst, um ihm doch mehr denn je zu dienen.

S.: „Ich setze mich viel entschiedener zur Wehr als ich das früher getan hätte. Ich handele viel selbstbewusster. Interessanter Weise denke ich aber gar nicht viel darüber nach. Weder vorher noch nachher. Ich tue es einfach.“

Punkt 9: Der Kreis schließt sich.
„Das Alte ist vorbei. Das Neue kann beginnen – auf einer höheren Bewusstseinsstufe.“

A.: In letzter Zeit ist dein Äußeres kein Thema mehr. Stattdessen beschäftigst dich die inneren Bilder aus deiner Kindheit. Sag’ mal, hat sich die Art und Weise, mit der du dich damit beschäftigst eigentlich verändert, seitdem du dich der Welt und den Menschen zugehöriger fühlst?

S.: Ja, unbedingt. Weil ich mich mehr als Teil des Ganzen begreife, habe ich mehr Vertrauen in die Menschen und mehr Zutrauen zu mir. Wenn mich also belastende Bilder aus meiner Kindheit heimsuchen – besonders wenn ich bei meinen Eltern zu Besuch bin – begegne ich ihnen mit viel mehr Gelassenheit, als es mir früher möglich gewesen wäre.“

Hier ist der Integrationspunkt. Das Alte ist abgeschlossen, das Neue kann beginnen – aber auf einer höheren Bewusstseinsstufe. Anders ausgedrückt: alte Probleme können jetzt in neuer Art und Weise angepackt werden. Sylvias Art der Auseinandersetzung mit Kindheitserinnerungen wird anders ausfallen als wenn der vorherige Prozess nicht durchlaufen worden wäre.

In einer gelungenen Psychotherapie findet Veränderung quasi verdichteter und bewusster statt unter achtsamer und reflexiver Begleitung durch den Therapeuten. Dieser Spezialfall ist daher besonders geeignet, das Enneagramm-Prozessmodell von K.B. Vollmer zu illustrieren. Keinesfalls soll jedoch impliziert sein, dass Menschen sich nur mittels Psychotherapie verändern können. Im Gegenteil: Ständig verändern wir uns und finden Lösungen – ganz eigenständig, kompetent und meist unbeabsichtigt. Bleibt zu fragen: wäre das Prozessmodell auch für unsere Alltagsprobleme eine Hilfe? Etwa beim Aufhörenwollen-zu-rauchen, Streit mit Nachbarn, Mobbing am Arbeitsplatz etc.?

Zu meiner Person:

Arno Kohlhoff, Jahrgang 1962, verheiratet mit Susanne, ein Hund. Seit 3 Jahren bin ich als Psychologischer Psychotherapeut und Supervisor mit Kassensitz in Amberg/Oberpfalz tätig. Ausbildungen in Heidelberg und den USA u.a. in Gesprächstherapie, Familientherapie und Verhaltenstherapie. Ich bin zertifizierter Enneagrammlehrer des EMT nach H. Palmer und Mitglied im ÖAE. In der neuen 2-jährigen Weiterbildung des ÖAE wirke ich als Trainer mit.

Enneatainment

Unterwegs auf der Straße sieht ein ZWEIERpriester, wie ein kleiner ACHTERjunge immer wieder hochspringt, um die Haustürklingel zu erreichen. Der arme Kerl ist zu klein und die Glocke hängt zu hoch. Also geht der ZWEIERpriester hin und klingelt für den armen ACHTER. Dann wendet er sich lächelnd an den Kleinen „Und was machen wir jetzt?“ Das ACHTERbürschlein grinst: „Rennen wie der Teufel!“



Neues im Enneatainment:

Die enneagrammatischen Witzvarianten stammen von Pauline Widmann aus Schrobenhausen, Philipp Buchheister aus Hamburg hat sie uns zeichnerisch umgesetzt.

Sie werden davon noch mehr sehen.



Vor dem Saloon prahlen zwei DREIER-cowboys, dass sich die Balken biegen. „Gestern habe ich beobachtet, wie einer die Niagarafälle raufgeschwommen ist!“, sagt der eine. Darauf der andere DREIER: „Klar! Das war ich!“



Ein FÜNFER und ein NEUNER gehen zusammen in den Wald, um Weinbergschnecken zu sammeln. Der FÜNFER sagt zum NEUNER: „Am Besten trennen wir uns und treffen uns nach einer Stunde wieder hier, dann bekommen wir mehr zusammen.“ Gesagt, getan. Nach einer Stunde treffen sich die beiden wieder. Der FÜNFER hat alles an Weinbergschnecken gesammelt, was da war, und hat schwer an drei mit Weinbergschnecken überquellenden Körben zu schleppen. Der NEUNER hat in seinem Korb keine einzige Weinbergschnecke. Da fragt der FÜNFER verwundert den NEUNER: „Wie ist das möglich? Da gab es doch so viele Weinbergschnecken. Hast du denn keine gesehen?“ In langsamem, schleppendem Tonfall erwidert der NEUNER: „Ja, gesehen habe ich sie schon ... und dann ... habe ich mich gebückt ... und ... huuuuusch ... huuusch ... schon waren sie ... davon.“

Probleme lösen mit dem Prozess-Modell

Wie funktioniert das Prozess-Modell eigentlich konkret? Wie lässt sich ein Problem mit seiner Hilfe lösen? Wie ist es mir selbst plausibel geworden?

Ich werde erzählen, wie mir die Lösung eines Problems misslungen und 10 Jahre später gelungen ist. Das Prozess-Modell wird dann wie eine Folie über die Puzzlesteine dieser Erfahrung gelegt und es wird klar, warum es zuerst ein Misserfolg, später aber ein Erfolg wurde.

Erfahrungen zum Prozess-Modell

Der Start meiner Arbeit als Lehrer am Gymnasium war angenehm. Ich hatte die Fächer Ev. Religion und Pädagogik. Nach einiger Zeit bot mir die Schulleitung an, Psychologie als Abiturfach zu unterrichten. Ich nahm gerne an, weil mein Interesse an Psychologie groß war und ich bereits verschiedene psychotherapeutische Zusatzausbildungen abgeschlossen hatte. Als die Sache gut angelaufen war, bat mich ein Kollege um ein Gespräch. Ob ich nicht Lust hätte, die regelrechte Unterrichtserlaubnis in Psychologie per Staatsprüfung nachzuholen. Das sei besser so und er habe auch schon Informationen eingeholt. An der Uni Münster könnten wir einen Psychologie-Professor kontaktieren, der die Prüfung mit uns vorbereiten und abnehmen würde. „Fährst Du mit nach Münster, ich mache die Prüfung auch?“

Kurz entschlossen sagte ich zu. Er besorgte den Termin und wir fuhren nach Münster. Der Professor stellt sich als jung, dynamisch und knochenhart heraus. Wir seien ja schließlich beruflich gut versorgt, er sei nicht bereit, die Sache nur zu unserem Vergnügen zu betreiben, wir müssten schon bereit sein, auf dem Niveau des Vordiploms zu handeln. Und er präsentierte eine Liste von 50 Buchtiteln auf 2-3 Din-A-4-Seiten. Wir nahmen sie, verabschiedeten uns und sahen uns im Auto „bedröppelt“ an. Das war zuviel verlangt. Ab nach hause und vorbei.

Legt man die Folie des Prozess-Modells für Problemlösung über diese Erfahrung, kommt man zu folgender Diagnose:

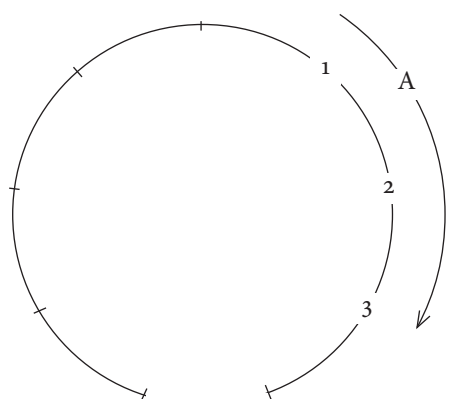


Abb 1: Vorbereitung der Entscheidung (A)

1. Der erste Schritt auf dem neunteiligen Kreis des Modells ist gegeben: die Lehrerlaubnis für Psychologie soll nachgeholt werden; *Problem bewusst*
2. Die nötigen Informationen werden eingeholt. *Problem-Kennntnis vertieft*
3. Der Kollege selbst und indirekt die Schulleitung wirken als *Außenimpuls, der das Problem und seine Lösung fördert.*

Das Problem ist bewusst (1). Zu seiner Lösung benötigt man weitere Informationen (2). Dieser Vorgang ist bekannt. Weniger bekannt dürfte es sein, dass *Anstöße zur Lösung von außen, als Außenimpulse (3/6)*, auftreten: unerwartete Reize zur Lösung des anstehenden Problems. Meist erhalten wir sie durch Fremde oder Freunde. Ihre Anregung bekommt im Zusammenhang des gesuchten Lösungsweges die Bedeutung: entscheidender Impuls in die richtige Richtung. Wer sich im Prozess der Suche nach der Lösung befindet, kann auf Außenimpulse regelrecht warten, kann sie einbeziehen.

Station 1 bis 3 bezeichne ich als *Vorbereitung*, Station 4 bis 5 im engeren Sinne als *Entscheidung* der Problemlösung.

An Punkt 4 wird die Lösung des Problems durch *äußere bzw. innere Widerstände* in Frage gestellt. Nach meiner Erfahrung gibt es kein echtes Problem, dessen Lösung nicht durch Widerstände behindert wird. Widerstand hat seine Funktion darin, dass die Motivation der Betroffenen, seine Lösung zu finden und in die Tat umzusetzen, auf den Prüfstand gestellt wird. Ohne echte Motivation kann man die Energie zur Überwindung des Widerstandes nicht aufbringen. In diesem Fall gerät das Problem in die *Warteschleife für Unerledigtes*. Ein Fuchs, der über die Trauben nörgelt, die ihm zu hoch hängen, hat meist ein Problem in der Warteschleife. So ging es mir auch. Ich brauchte ja nicht unbedingt die Lehrerlaubnis, solange die Schulleitung meine Abituraufgaben und meine Prüfungen weiterhin abnahm. Zwischendurch dachte ich: „Schade dass ich die Prüfung nicht gemacht habe, aber es geht ja auch so. Wozu der Aufwand?“

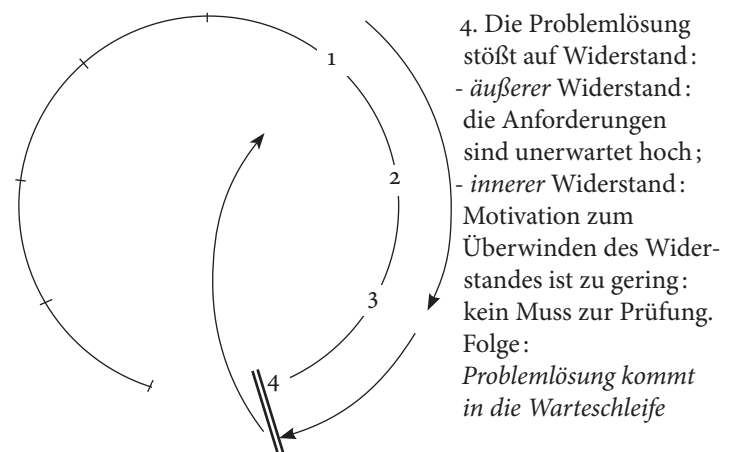


Abb. 2: Die Entscheidung gerät in die Warteschleife für Unerledigtes.

4. Die Problemlösung stößt auf Widerstand:
- *äußerer Widerstand*: die Anforderungen sind unerwartet hoch;
 - *innerer Widerstand*: Motivation zum Überwinden des Widerstandes ist zu gering: kein Muss zur Prüfung. Folge: *Problemlösung kommt in die Warteschleife*

Es dauerte 10 Jahre. Dann kam die Fachleiterin für Psychologie in einer Pause auf mich zu: „Hallo Gerd, wir kriegen wahrscheinlich einen neuen Kollegen. Stell Dir vor, er ist

jünger als Du, hat dieselben Fächer wie Du und er hat einen Vorteil: er hat die Unterrichtserlaubnis für Psychologie.“
 Meine spontane Reaktion: „Das kommt überhaupt nicht in Frage! Warum soll ich damit einverstanden sein, dass mir einer die Nische wegnimmt, die ich hier habe?“

Was motiviert hier? Es geht – subjektiv! – ums Überleben, also ist die Typautomatik beteiligt. Dies ist einer der Punkte, an denen sich zeigen lässt, wie Typen-Modell und Prozess-Modell einander ergänzen und bedingen: Bauch-Typen lösen ihre Probleme anders als Herz- oder Kopf-Typen. Die einen stolpern in die Arena der Problemlösung hinein, andere weigern sich, sie überhaupt zu betreten. An jedem der strategisch wichtigen Punkte, besonders aber an Punkt 4, wo es um die äußeren und inneren Widerstände geht, treten die Unterschiede typspezifischer Motivation sinnfällig auf.

„Dann musst Du eben die Lehrerlaubnis nachholen, es gibt keinen anderen Weg!“ Nach so langer Zeit wurde mir das Problem aus der Warteschleife „zur Wiedervorlage“ serviert. Dass „das Leben“ eine zweite oder sogar dritte Chance zur Lösung einer wichtigen Aufgabe bietet, scheint kein Einzelfall zu sein.

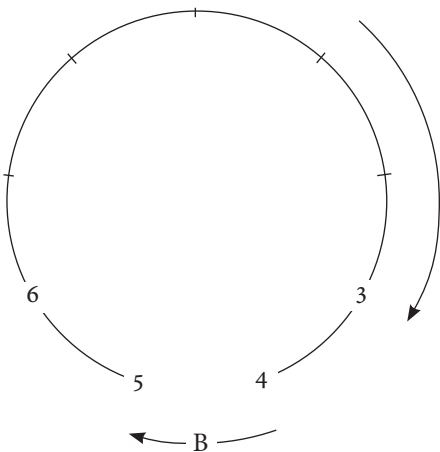


Abb. 3: Entscheidung (B)

Meine Fachleiterin, die diesen „Außenimpuls“ auf sympathische, aber unnachgiebige Art präsentiert hatte, kannte einen Professor für Psychologie, den ich aufsuchen sollte; seine Anforderungen schienen realisierbar. Es dauerte nicht lange, dann stand die Entscheidung fest: „Das mach ich!“ Eine vierstündige schriftliche Klausur und 14 Tage später eine einstündige mündliche Prüfung. Die Vorbereitung dauerte 3 Monate. Klausur und Prüfung verliefen erfolgreich.

Ich lege wieder die Folie des Problemlösungs-Modells über die berichtete Erfahrung und stelle fest:

Mit dem Entschluss zur Prüfung springe ich über einen Lücke. Sie hat grundsätzliche Bedeutung für das Enneagramm (Vgl Judith Searle, The gap at the bottom of the Enneagramm. enneagram monthly 1997). Die meisten Enneagramm-Grafiken mit durchgezogenem Kreis verdecken, dass

hier die qualifizierte Offenheit des Modells, seine prinzipielle Unabgeschlossenheit symbolisiert wird.

Zudem eröffnet sich hier ein spirituelles Verständnis für die in jeder Entscheidung lauende „Ungewissheit und Wagnis“, in der sich Unsicherheit, Angst vor Blamage, emotionales wie sachliches Chaos auftun. Ungewissheit und Wagnis sind keine lästigen Zufälligkeiten, sondern unvermeidbare Begleitung des Lebens. Peter Wust, unvergessener christlicher Existentialist des vergangenen Jahrhunderts, hat mit Recht darauf hingewiesen. Die spirituelle Bedeutung der Bewegung von 4 zu 5 kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Wo die Entscheidung ansteht, wo es scheinbar alles zu gewinnen oder zu verlieren gilt, da ist der Ort der Verheißung im Alten Testament (z.B. Josua 1,3.6.9), da ist der Ort, an dem der Betende die Zusage der Überwindung erfährt. Und zwar nicht nur ein Stück, sondern:

„a l l e s um was ihr betet und bittet, glaubt, dass ihr es empfangen h a b t und es wird euch zuteil werden“ (Markus 11,24).

Die psychologische Raffinesse im zweiten Teil dieses Satzes nimmt die Form eines buddhistischen Koans an:

Die Aussage ist logisch widersprüchlich, aber nur so wird ihre Weisheit erfahrbar: indem ich voraussetze, dass die Verheißung der Problemlösung bereits erfüllt ist, gewinne ich den Mut zum Sprung über die konkrete Barriere. Verheißungen sind Affirmationen, die mir zusagen, dass das Gewünschte bereits ist.

Die psychologische Raffinesse und die Fülle der Zusage, an Gottes Macht teilzuhaben, ist so überschwänglich, dass sie bereits von Matthäus (21.18 ff) nicht mehr verstanden wurde.

Nach dem Sprung bin ich auf der 5 er Seite; dort geht es zweckrational und handlungsorientiert zu, der Schritt vom bloße Vorstellen zum Tun ist getan. Freilich darf man nicht zurück blicken. Wer es doch tut, wird zwar nicht zur Salzsäule, landet mit dem ungelösten Problem aber leicht wieder in der Warteschleife. Dort kann der „rechte Zeitpunkt“ zum „Bringen der Frucht“ (Psalm 1, 3) auch verfaulen.

5. Ausrichtung auf das Ziel

„Diese Prüfung wird angemeldet und bestanden!“

6. zweiter Außenimpuls: weitere Besuche bei Prof. X engen den Bereich der Anforderungen weiter ein, die Anforderungen werden überschaubar: es geht voran!

7. erste Ergebnisse: Prüfungsvorbereitungen schreiten unter Termindruck zügig und konkret voran

8. das Ziel wird erreicht: die Prüfung wird in zwei Teilen erfolgreich durchgeführt

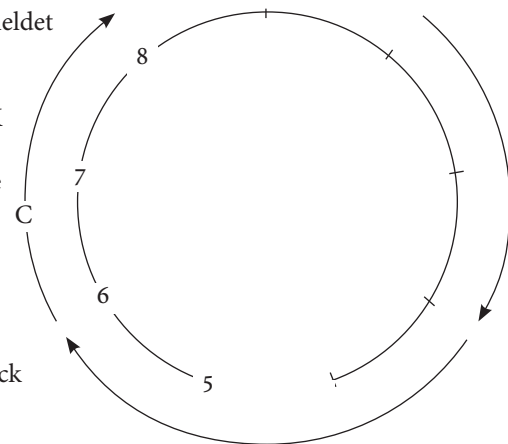


Abb. 4: Realisierung der Problemlösung (C)

Die Integration der Lösungskompetenz (C)

Die meisten Problemlösungsmodelle haben 6 Stationen. Es fehlen ihnen die drei Außenimpulse.

Die Weisheit des Enneagramms geht hier weiter. Sie rechnet damit, dass wir nicht alles aus uns selbst hervorbringen können, sondern der Anregung durch Außenimpulse bedürfen.

Spirituell bedeutet uns das: wenn wir selbstherrlich werden, gehen unsere Lösungen an der Sache vorbei. Unsere Via Negativa schließt ein: Verzicht auf Selbstherrlichkeit. Wenn wir Gott die Ehre geben, warten wir aufmerksam und wach, betend auf den Außenimpuls, der uns der Lösung näher bringt. Das verringert den Stress, erhöht die Gelassenheit. Auf diese Weise befinden wir uns auf der Via Positiva, auf der er uns teilhaben lässt an seiner Power wie an seinem Leiden. Die Sache hat aber einen Haken: sie lässt sich nicht als last-minute-Reise durchführen.

Punkt 9 als Außenimpuls rechnet damit, dass die erlangte Lösung durch den Handelnden selbst (Selbstüber-/unterschätzung) oder durch seine Umwelt (Übertriebene Anerkennung durch Starkult, Missgunst von Konkurrenten) in Frage gestellt und somit gefährdet wird. Die erreichte Problemlösungskompetenz kann verspielt werden, sodass die in ihr gegebenen Chancen ungenutzt bleiben.

Umgekehrt wird die in der Problemlösungsarbeit gewonnene Kompetenz dann optimal nutzbar, wenn sie in Selbstbewusstsein, Sachlichkeit und Bescheidenheit eingebettet der Gruppe, dem Ganzen, zur Verfügung gestellt wird. Das ist insofern wichtig, als mit dem nächsten Problem häufig eine Aufgabe von erhöhter *Komplexität* verbunden ist.

Liebe Leserinnen und Leser,

ich lade Sie ein, Ihre eigenen Erfahrungen mit der zweiten oder dritten Chance zur Lösung eines Problems, überhaupt mit Problemlösung, darzustellen. Erzählen Sie uns von Ihren Problemlösungen. Leben kann so unterhaltsam sein und eine Geschichte aus Ihrem Leben könnte uns alle inspirieren.

Auch wenn keine Engel als Außenimpulse auftreten. Vielleicht sind andere Außenimpulse viel anregender? Es gibt soviel ungewöhnlichere Geschichten als die über eine akademische Prüfung. Welche andere Aufgabe hat Ihnen das Leben gestellt und Sie haben sie bewältigt? Erzählen Sie uns, wie Sie das gemacht haben. Machen Sie uns zu Lesern, die an Ihrem Leben teilhaben dürfen.

Herzlichst grüßt Sie



Bitte senden Sie Ihre Geschichte an:
Gerhard Heck, Kantstr. 8, 53332 Bornheim
mail: heck-aipf@web.

Der Komplexitätsgrad unserer Probleme hat sich im Lauf des letzten Jahrhunderts in Geschwindigkeit, Massivität und Abstraktheit dauernd potenziert. Es wird uns abverlangt, Probleme wahrzunehmen, die wir noch gar nicht kennen. Wir sollen Lösungsstrategien anwenden, die es noch gar nicht gibt. Die meisten sind darauf unvorbereitet.

Wenn wir nur die *Chancen ökumenischer Arbeit* nutzen wollen, die sich im Zusammenhang mit dem ökumenischen Kirchentag in Berlin 2003 eröffnet haben, wartet viel Arbeit auf uns. Auf die ÖAE-Diskussion im Anschluss an Berlin über: „*Wie geht es weiter mit der Ökumene in Deutschland?*“ warten wir. Wer eröffnet sie wann und wo?

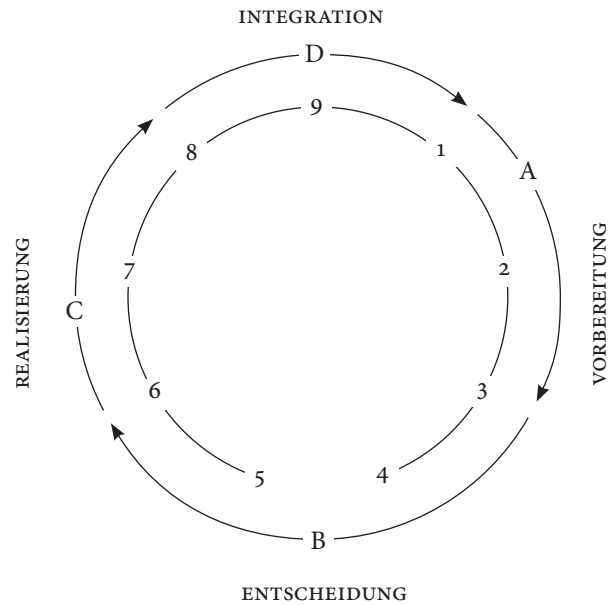
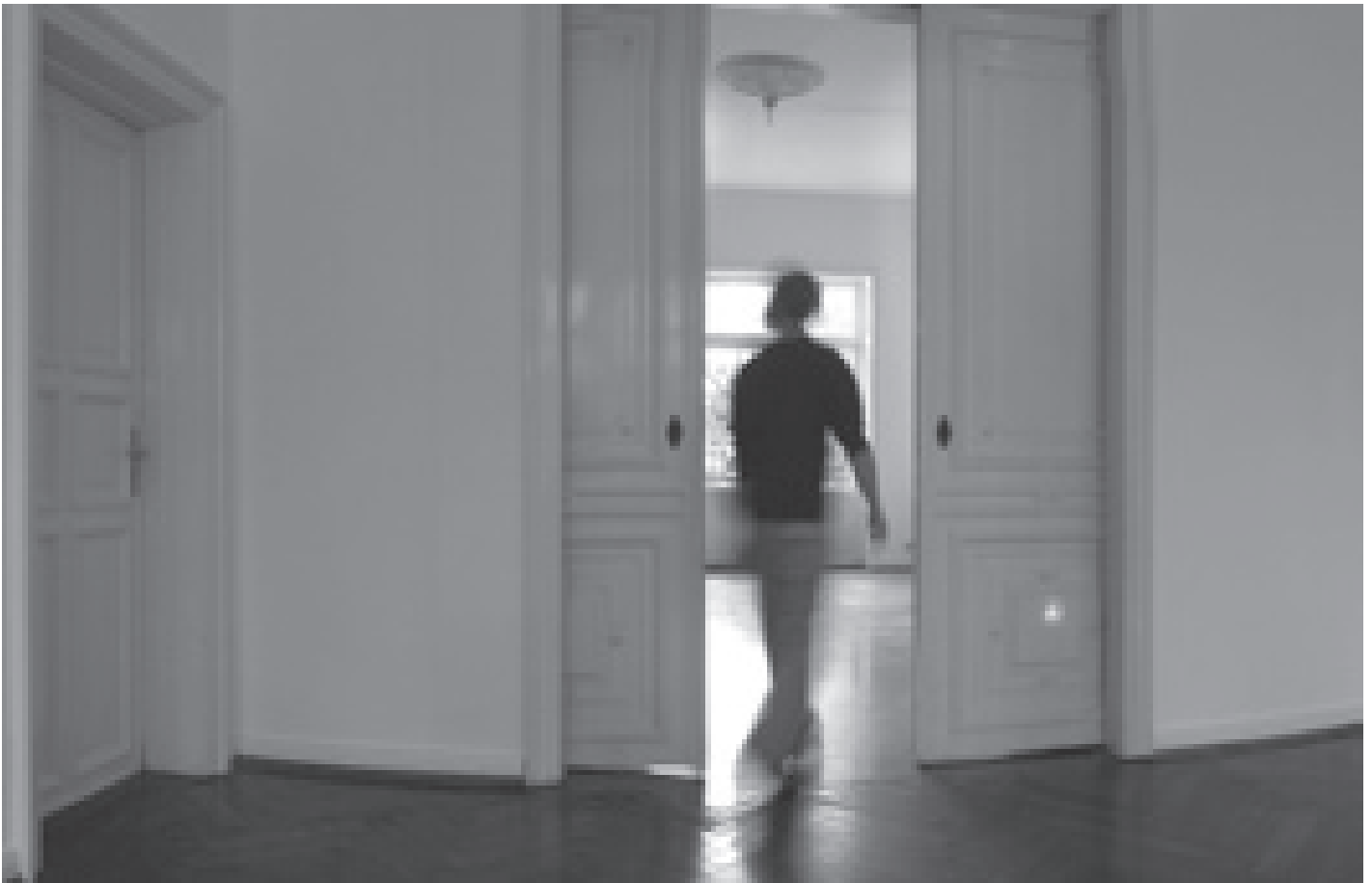


Abb. 5: Das Modell der Problemlösung



Sabina Breidung lädt dazu ein, sich auf eine Reise ins Ich zu begeben – mit folgender Fantasieübung, die zur persönlichen Meditation geeignet ist:

Phantasiereise „Räume finden“ von Sr. Sabina Breidung

Ich versuche, mit meiner Aufmerksamkeit nach innen zu gehen. Eine Hilfe ist die Konzentration auf den Atem. Ich nehme wahr, wie er kommt und geht, wie er durch die Nase einströmt, durch den Rachen und die Luftröhre weiterfließt, sich wendet und wieder ausströmt. Dann konzentriere ich mich eine Weile auf das Fühlen. Ich nehme wahr, wie meine Kleidung meine Haut berührt, und versuche ein Gespür zu bekommen für die Unterschiede. Wie fühlt es sich an, dort, wo sie ganz dicht am Körper liegt, wie spüre ich die „Zwischenräume“? Alle Gedanken, die sich einstellen, nehme ich wahr und lasse sie weiterziehen wie Wolken am Himmel.

Nun stelle ich mir vor meinem inneren Auge vor, dass ich diesen Raum verlasse, durch das Haus gehe auf die Straße und einen Weg wähle, der mich über ein freies Feld hinein in einen Wald führt. Ich spüre die Luft auf meinem Gesicht, höre die Geräusche um mich herum und fühle mich verbunden mit der Erde. Nach einer Weile entdecke ich ein Haus auf einer Lichtung. Langsam gehe ich darauf zu und öffne neugierig die leicht knarrende Tür. Ich stehe in einer Diele, von der aus vier Türen abgehen, die mich in ganz unterschiedliche Räume meines Lebens führen. Ich öffne eine der Türen und stehe in einem Heimkino. Ich nehme auf einem der Stühle Platz und schaue auf die Leinwand. Es läuft der Film meines Lebens. Ich nehme mir

Zeit ihn in Ruhe anzuschauen – Ich verlasse diesen Raum und trete wieder in die wohlig gewärmte Diele zurück. Dann betrete ich den nächsten Raum. Hier empfängt mich Musik und eine Menge Reiseführer in einem Regal. Bald entdecke ich Bilder von Landschaften, die mir gut tun. Ich nehme mir Zeit alles in Ruhe anzuschauen. – Ich verlasse den Raum nachdem ich die Reiseführer wieder ins Regal gestellt habe und trete wieder in die Diele zurück. Ich trete in den nächsten Raum ein. Er ist erfüllt von einem angenehmen Weihrauchduft. Es ist ein sakraler Raum. Ich spüre wie die Ruhe mich zum Beten anregt und nehme mir Zeit zum Verweilen. – Ich verlasse diesen Raum wieder und trete wieder in die wohlig gewärmte Diele zurück. Dann betrete ich den nächsten Raum. Dort begegne ich einem/r guten Freund/Freundin. Wir erzählen uns gegenseitig von unserer momentanen Lebenssituation, von dem, was unser Leben im Moment prägt. – Langsam geht das Gespräch zuende. Ich verabschiede mich und trete in die Diele hinaus. Dort sehe ich eine alte Truhe. Ich öffne sie und entdeckte ein Symbol, dass für mich mit „Raum finden“ zu tun hat. Ich nehme es an mich und gehe durch die Haustür wieder ins Freie und trete langsam den Rückweg durch den Wald an. Recken – strecken – tief ausatmen – malen – schreiben – verweilen.

Leserbriefe

zum Artikel „Das kombinierte Typen-Prozess-Modell des Enneagramms – TPM Linksherum geht es!“ in *EnneaForum*, Nr. 24, November 2003

Die Redaktion freut sich generell über Rückmeldungen und Diskussion zu den in *EnneaForum* erschienenen Beiträgen. Schliesslich soll es ja auch ein «Forum» sein. Der freie Platz soll Sie ermutigen, sich selbst zu beteiligen.

In diesem Leserbrief nehme ich Bezug auf den Artikel von Wolfram Göpfert in dieser Zeitschrift vom November 2003.

Mit Freude nehme ich wahr, dass es ständig neue Ansätze gibt, sich mit dem Prozess auseinandersetzen, der dem Enneagramm innewohnt. Göpfert stellte in Gegenüberstellung zu Mächler und mir ein Modell dar, das scheinbar die Typenlehre und das Prozessmodell besser vereinigt. Dieser Ansatz ist meines Erachtens von atemberaubender Oberflächlichkeit geprägt, die sonst nur esoterischen Ratgebern zu eigen ist. Wissenschaftlich (Psychologie/Sozialwiss.) gesehen, liegt die interessante Fragestellung nach der Verbindung beider Modelle (Typenlehre & Prozessmodell) auf einer tieferen Ebene. „Unser“ Prozessmodell hat u.a. als erkenntnisleitendes Interesse (Habermas), das Verständnis, wie ein Individuum eines speziellen Enneagrammtyps sich verändert. Es wird ein Muster wahrscheinlicher Veränderungen aufgezeigt, das dem Einzelnen hilft, seine jetzigen Muster und daraus folgende Entwicklungsmöglichkeiten zu bestimmen. Das Prozessmodell nutzen wir entwicklungspsychologisch oder mit Jung gesprochen als Karte des Individuationswegs.

Wer sich dafür interessiert, mag das in der einschlägigen Literatur bei Mächler, Blake, Martin und Vollmar nachlesen und auch in älteren Ausgaben dieser Zeitschrift.

Göpferts Modell stellt *eine* Sichtweise des Enneagramms dar. Aber ein Modell ist eine Landkarte und nicht das Land. Es kommt darauf an, was dieses Modell auf welche Weise erklären kann. Ich bin der Ansicht, dass „unser“ Prozessmodell sich bislang in der Praxis bewährt hat. Göpferts Modell mutet in seiner frischen Oberflächlichkeit mehr esoterisch angedacht an. Vielleicht ist es überheblich, wenn der Wissenschaftler darüber schmunzelt. Die Anwendung wird es zeigen, was die einzelnen Modelle zu erklären vermögen.

Sachlich falsch sind alle Kritikpunkte, mit denen sich Göpfert von der bestehenden Auffassung des Prozessmodells abzugrenzen versucht:

1. Typenmodell und Entwicklungsmodell sind miteinander verbunden, indem sie die Veränderung eines Persönlichkeitstyps erklären.
2. Alle bisherigen Typenmodelle weisen Triaden auf: Anfangsmuster eines Prozesses, Krisenfelder, Zielerreichung.
3. Wenn man als esoterisch u.a. als das bezeichnet, was sich der wissenschaftlichen Erklärung entzieht, scheint mir gerade dieser Ansatz esoterisch zu sein, da er sich nicht auf Erkenntnisse der Psychologie und Sozialwissenschaften beruft und die Ausgangsliteratur (bes. die englische und amerikanische) nicht zur Kenntnis nimmt oder nachweislich falsch zitiert. Ironisch kommt noch hinzu, dass einer der großen Esoteriker der heutigen Zeit, nämlich O. Ichazo, das Typenmodell, wie Göpfert es vertritt, begründete.

4. Modelle von „einem Guss“ neigen stets zu Vereinfachungen, deswegen zog der Erkennende von Goethe bis zur heutigen Wissenschaftstheorie polare Modelle vor. Eindimensionale Modelle prägen den Fundamentalismus.

© Klausbernd Vollmar/Cley, Norfolk

Nein, so nicht!

Sehr geehrter Herr Göpfert!

Die Ausgangslage beschreiben Sie in Ihrem Artikel korrekt: „Weniger bekannt sein dürften Ansätze zum so bezeichneten Prozess-Modell des Enneagramms, in dem es keine Persönlichkeits-Typen gibt. Vielmehr dient hier die Zeichnung des Enneagramms dazu, die generellen Grundzüge eines Prozessablaufs, die Abfolge einer geordneten Vorgehensweise allgemein abzubilden und dies losgelöst von den 9 Persönlichkeits-Mustern darzustellen.“ Soweit, so recht. Aber damit hat es sich dann auch.

Was dann folgt wird dem Prozessmodell keineswegs gerecht, und Sie haben dem Prozessmodell und seiner Verbreitung einen Bärendienst erwiesen, wenn Sie es auf diese vereinfachende und geradezu falsche Weise darstellen.

Ihre Kritik am „bisherigen Prozess-Modell“ – wie sie es nicht ohne Anmaßung nennen – ist nicht nur recht vage („es soll drei Schockpunkte geben“ und „eine Bewegung in der Grafik soll im bisherigen Prozess-Modell als „Übergang“ vom rechten Bereich zum linken, als „Paradigmenwechsel“, gelten.“), sondern auch ungenau und unrichtig. So wenn Sie schreiben: „Die Zeichnung des Enneagramms wird im bisherigen Prozess-Modell zweigeteilt, rechts in einen mentalen Bereich und links in einen kreativen Bereich. Triaden gibt es im bisherigen Prozess-Modell gar nicht.“ Weder die zweigeteilte Aufteilung ist richtig benannt, noch die Behauptung stimmt, dass es keine Triaden gibt. Natürlich gibt es Triaden von 1-3, 3-6 und 6-9, wobei die zweite Triade als kreative bezeichnet wird.

Wenn ich weiterführende Enneagrammkurse gebe, lege ich Wert darauf, Typenmodell und Prozessmodell auseinander zu halten, und es nicht miteinander zu vermengen, wie Sie es tun. Gewiss möchte ich Ihnen den aufrichtigen Wunsch nicht absprechen, beide Modelle zu verbinden, dass sie wie „aus einem Guss geformt erscheinen“, doch die Zielrichtung des Prozessmodells ist eine andere als jene des Typenmodells. Es eignet sich für Prozesse in Betrieben, wie es Christoph Mächler darstellt, für Vorhaben, ob es nun Hausbau oder die Abfassung eines Buches ist, wie die Beispiele bei Klausbernd Vollmar lauten. Natürlich liessen sich auch Veränderungen von Persönlichkeitsmustern anhand

Ortswechsel heißt auch, sich in andere hineinzusetzen, ihre Situation wahrzunehmen und sich für sie einzusetzen. Emilio Diaz-Miranda ist Teilnehmer unserer Pilot-Kurs-Ausbildung. Im folgenden drucken wir seine Stellungnahme anlässlich der Solidaritätskundgebung der spanischen und lateinamerikanischen Kolonie Hamburgs mit den Opfern des Anschlags von Madrid ab.

Heute sind wir alle Madrilenen, Spanier.

Wir haben uns hier versammelt, um unsere Solidarität mit den Opfern des Terroranschlags von Madrid zu bezeugen. Wir fühlen uns solidarisch mit den Opfern und ihren Angehörigen. Und mit der Bevölkerung von Madrid. Solidarisch mit Madrid und mit dem ganzen spanischen Volk.

Heute fühlen wir uns alle als Spanier – jeder auf seine ganz eigene Art und Weise, aber jeder mit seinem ganzen Herzen. Wir alle fühlen uns als Spanier und wir drücken unseren unerschütterlichen Willen aus, uns diesem erpresserischen Fanatismus nicht zu beugen. Wir sagen „Fanatismus“, denn wer immer die Bomben so feige gezündet hat, ob es nun ETA oder Al Kaida war, eine Sache ist sicher: Wir werden uns keinen Zentimeter von der Verteidigung der Demokratie, der Menschenrechte und der Freiheit abbringen lassen. Genauso hat es schon der große Martin Luther King gesagt.

Wir sind tief betroffen und angewidert. Eine Sache ist auch klar: Jede Form des Terrorismus ist kriminell. Wir sind angewidert vom Terrorismus, egal ob er religiös, nationalistisch, politisch oder sonst wie motiviert ist, egal, ob er von einzelnen, von Gruppen oder von Staaten ausgeht.

Es gab Proteste in Spanien weil, anscheinend, das Fernsehen und die öffentlichen Medien die Informationen manipulierten und nur die offizielle Stimme der Regierung zu Wort kommen liessen.

Ich interpretiere die Wahlergebnisse als eine Ablehnung der manipulierten Informationen, d.h. als ein Wunsch für mehr Transparenz und Demokratie.

Ich sage, dieses terroristische Attentat ist kein Attentat, was man als politisches oder religiöses bezeichnen kann. Ich sage, dieses Attentat gegen die unschuldige Zivilbevölkerung ist ein Verbrechen gegen die Menschheit. Und ich füge hinzu: Kein politisches Motiv kann unschuldige Opfer unter der Zivilbevölkerung rechtfertigen. In diesem Zusammenhang wollen wir uns daran erinnern, dass mehr als 90% der spanischen Bevölkerung gegen den Irak-Krieg war und die abgewählte Aznar-Regierung sich trotzdem am Krieg beteiligte. Doch die Bomben der Terroristen waren nicht gegen militärische Ziele gerichtet, sondern gegen ahnungslose Bürger der Arbeiterviertel von Madrid. Hinzu kommt dass die Opfer nicht nur Spanier waren, sondern aus 23 verschiedenen Nationen stammten.

Es wäre ein falsches Signal die Menschenrechte einzuschränken, oder auf Freiheit und Demokratie zu verzichten. Gewalt ist nicht die richtige Antwort. Gewalt erzeugt Gewalt. Was mit Gewalt zu erreichen ist, wird nur mit Gewalt festgehalten. Auge um Auge führt nur dazu, das die gesamte Menschheit erblindet, sagte Mahtama Gandhi... Auf Gewalt und Fanatismus wollen wir nicht mit Verzicht auf UNSERE DEMOKRATISCHE RECHTE antworten.

Diese Anschlag in Madrid ist kein religiöser Akt. Es ist kein Religionskrieg, sondern es handelt sich um eine kriminelle Tat von Fanatismus. Und die Antwort auf Fanatismus ist nicht eine andere Art von Fanatismus. Die Lösung der Probleme finden wir nicht im Fanatismus sondern in der Toleranz. Die Antwort ist Toleranz und Demokratie. Ich wiederhole, diese Art von Attentat ist ein Verbrechen gegen die Menschheit. Gegen die Menschheit, weil – bevor wir politische oder religiöse Rechte haben, wir alle das Recht auf Leben haben.

des Prozessmodells darstellen, aber keineswegs, indem man einfach das Prozessmodell nach links dreht. Das heisst nur, dass man von der Linienführung nichts verstanden hat.

Es ist keineswegs meine Absicht, hier über das Prozessmodell einen ausführlichen Artikel zu schreiben. Ich möchte Ihnen nochmals empfehlen, die Literatur ernst zu nehmen und gewissenhaft zu lesen, nicht zuletzt mit jenem Respekt, den G.I. Gurdjieff, P.D. Ouspensky, Anthony. G.G. Blake verdienen und alle, die mit der nötigen sachlichen Ernsthaftigkeit darüber geschrieben haben und denen wir unseren Dank schulden.

Mit freundlichen Grüßen Ihr
Pater Ludwig Zink

Anthony G.E. Blake: Das intelligente Enneagramm, Verlag Bruno Martin 1993

P.D. Ouspensky: Auf der Suche nach dem Wunderbaren, O.W. Barth Verlag 1993

Klausbernd Vollmar: Das Enneagramm, Goldmann-Verlag 1993

Ders.: Das Arbeitsbuch zum Enneagramm, Hugendubel 1994

Christoph Mächler: Der sanfte Weg zur Umgestaltung, Changemanagement, Wilhelm Heyne Verlag 1998



Einzelne Prozess-Modelle des Enneagramms

Wolfram Göpfert

Einleitung

In Heft 24 des EnneaForums habe ich das kombinierte „Typen-Prozess-Modell des Enneagramms – TPME“ vorgestellt. Es bietet uns die Möglichkeit, eine Vielzahl komplexer Prozesse unter Einbezug aller 9 Enneagramm-Muster anhand der Zeichnung des Enneagramms zu entwickeln, und zwar unabhängig vom jeweiligen Inhalt der Prozesse. Praktisch anwendbar ist das TPME beispielsweise zur Problemlösung, zur Teambildung, zur Konfliktbewältigung, zur Zielfindung. Es ermöglicht uns damit den vielfältigen Gebrauch des Enneagramms in unterschiedlichen Situationen unseres Alltags

Ein wesentliches Merkmal des TPME besteht darin, sowohl jedes einzelne der 9 Enneagramm-Muster als auch die vollständige Grafik des Enneagramms bei der Prozessgestaltung einzubeziehen..

Losgelöst von dieser mannigfaltigen Nutzbarkeit des Enneagramms zur Handhabung komplexer Prozesse gehe ich im weiteren nun der folgenden Frage nach :

Bietet das System des Enneagramms über das TPME hinaus noch zusätzliche Möglichkeiten, anhand von Enneagramm-Mustern und mit einzelnen – insbesondere grafischen – Elementen Prozesse zu gestalten, und zwar wiederum unabhängig von ihren Inhalten ?

Zur ersten Annäherung an dieses Thema erscheint es angebracht, zunächst den Sinngehalt eines „Prozesses“ wenigstens anzureißen. Eine allgemein verbindliche Begriffsbestimmung gibt es nicht, ausgehend vom Wortlaut und angelehnt an unser alltägliches Sprachverständnis vermögen wir jedoch einen Prozess als eine geordnete Vorgehensweise zu bezeichnen. Unter diesem Blickwinkel können wir folgende wesentliche Komponenten eines Prozesses hervor heben :

- Eintritt von Veränderungen, die Unterschiede erkennen lassen
- Energien, die zu den Veränderungen führen und sie ausrichten
- Interaktionen und Rückkoppelungen aus dem Veränderungsgeschehen

Sehen wir uns nun im einzelnen an, welche Möglichkeiten der Prozessgestaltung im System des Enneagramms sich uns eröffnen.

Moderation - ein Prozess der Ganzheitlichkeit

Elemente dieses Prozesses: *die Kreislinie*, die 9 Enneagramm-Punkte

Wenn wir eine Diskussion zu moderieren haben, so sollten wir uns stets vergegenwärtigen, dass die Teilnehmer typbedingt von unterschiedlichen Enneagramm-Positionen

her argumentieren. Wir sollten die Vielzahl der möglichen Betrachtungswinkel als Bereicherung und Förderung der Diskussion, als Tanz der Meinungen und zugleich als gemeinschaftliche Arbeit am Thema begrüßen und nicht etwa als störenden Faktor ansehen. Zudem sollten wir berücksichtigen, dass jeder Beitrag sich rückkoppelnd auf die Entwicklung der gesamten Diskussion auszuwirken vermag. Wenn wir diese Gegebenheiten auch noch den Teilnehmern vermitteln können, so wird sich dies positiv auf den gesamten Diskussionsverlauf auswirken.

Bezüge zum Enneagramm :

Es ist ohne weiteres möglich, die gesprächsweise Begegnung der 9 Enneagramm-Muster nicht als ein Zusammen-treffen strikt getrennter Einzeltypen zu betrachten, sondern - wie Farben auf der Palette eines Malers – die jeweiligen Positionen ineinander übergehen zu lassen. Mit einer derartigen bewussten Unschärfe rücken wir davon ab, jedes Muster als Einzelpunkt auf der Kreislinie zu sehen und heben statt dessen ihre Verbundenheit hervor. Der Ring aller 9 Punkte vermag bei einer solchen Ansicht die Kreislinie sogar so zu überdecken, dass es ihrer gar nicht mehr bedarf, weil die 9 Muster sich selbst unmittelbar zum Kreis schließen. Die ihnen je innewohnenden Energien teilen sich jetzt direkt einander mit und bewirken den neuen Eindruck einer umfassenden Ganzheitlichkeit. Die Gesamtheit der Entfaltungsmöglichkeiten aller 9 Enneagramm-Muster steht dann jedem einzelnen von ihnen gleichermaßen abgehend und annehmend zur Verfügung.

Balance - ein Prozess des Umgangs mit äußeren Einflüssen

Elemente dieses Prozesses: *das gleichseitige Dreieck*, die Enneagramm-Punkte 9, 3, 6, 9

Wir kennen die Situation, in guten Beziehungen zu den Menschen in unserem Arbeitsumfeld zu stehen : Beispielsweise als Lehrerin halten wir erfreulichen Rapport zu den Schülern und Eltern unserer Klasse und zu den Kollegen. Der Unterricht bereitet Freude und die Kinder kommen gut voran. Doch dann ergeben sich durch den Zuzug einiger ausländischer Familien Veränderungen in der Klasse, die nach unserer Einschätzung auf sprachliche Defizite und kulturelle Unterschiede der neuen Kinder zurück zu führen sind. Bevor sich nun diese Gegebenheiten zu Problemen auswachsen, eignen wir uns kurzerhand einige Grundkenntnisse der fremden Sprache an und befassen uns mit dem religiösen Hintergrund des Heimatlandes der Kinder. Mit diesen Kenntnissen, so fragmentarisch sie auch sein mögen, gelingt es uns, eine Brücke anfänglichen Vertrauens zu den Neulingen zu schlagen. Insbesondere im Verhältnis zu den Eltern baut sich überflüssiges Misstrauen so

gar nicht erst auf, sondern statt dessen ein wechselseitiger Eindruck guten Willens. Bei allem Holpern gelingt uns so letztlich eine hinreichende Integration der neuen Schüler in unseren anfänglich gut funktionierenden Klassenverband.

Bezüge zum Enneagramm:

Ausgangspunkt dieses Prozesses ist eine ausgeglichene Situation, die wir vom Enneagramm-Muster 9 her kennen. Infolge der von außen einwirkenden Veränderungen ergibt sich Handlungsbedarf, der mit der pragmatischen Ausrichtung des Enneagramm-Typs 3 am ehesten zu decken ist. In der Akzeptanz der eingetretenen Herausforderung, die sich zugleich als Anreiz zur Suche nach förderlichen Ansätzen der Problemvermeidung auswirkt, zeigt sich die positive Seite des Enneagramm-Musters 6. Im Zuge der hierdurch eintretenden Beruhigung des zuvor im Gleichgewicht bedrohten Systems schließt sich wieder der Kreis zu einer stabilen Lage mit Ausrichtung zum Enneagramm-Punkt 9.

Wandel – ein Prozess des beständigen Fortschreitens

Elemente dieses Prozesses: *das unregelmäßige Sechseck*, die Enneagramm-Punkte 1, 7, 5, 8, 2, 4, 1

Nach unseren Erfahrungen ist die einzige „Konstante“ im Leben der ständige Wandel. Jedwedes Geschehen von einiger Gewichtung unterliegt einem stetigen Fluss, auf den wir nur beschränkt einzuwirken vermögen. Ein Beispiel dafür ist das Arbeitsleben: Hier sind wir besonders oft gehalten, uns in rascher Folge auf neue Anforderungen, auf personellen Wechsel, auf technische Umstellungen, auf innovative Leistungen einzustellen. Es ist eine Illusion, mit den einmal erworbenen Fähigkeiten über lange Jahre erfolgreich einer beruflichen Tätigkeit nachgehen zu wollen. Wir sind gehalten, uns ständig den Umgang mit neuen Gegebenheiten zu erarbeiten und uns vielfachen Wandlungen anzupassen, wenn wir nicht scheitern wollen. Allerdings bedeutet dies keineswegs zwangsläufig, dass alles, was uns vertraut ist, permanent überrollt wird und keinerlei Bestand hat. Vielmehr erleben wir immer wieder, dass wir zu schon berührten Positionen zurückkehren und bereits bekannte Abläufe sich in nur veränderter Gestalt wiederholen. Mitunter mag allerdings die Sprunghaftigkeit des lebendigen Geschehens, das um uns abläuft, unseren Blick für diese Abbilder uns vertrauter Vorlagen trüben.

Bezüge zum Enneagramm:

Dieser Prozess kann bei jedem der 9 Enneagramm-Muster seinen Anfang nehmen. In der Abfolge der Punkte des unregelmäßigen Sechsecks tritt aber die Wandelbarkeit des Geschehens mit ihren Umbrüchen deutlicher hervor als im eher ausgeglichen wirkenden inneren Dreieck.

Wenn wir den Umgang mit neuen Anforderungen beispielsweise am Enneagramm-Punkt 1 beginnen, so können wir uns von der dort kennzeichnenden Tendenz, unsere beruflichen – und auch sonstigen – Aufgaben perfekt erledigen zu wollen, lösen und uns der Haltung des Enneagramm-Musters 7 zuwenden. Im entwickelten Bereich des

Typs 7 finden wir das Maß an Gelassenheit, mit dem wir ohne übermäßiges Streben nach Perfektion auf den uns angetragenen Wandel zugehen können. Diesen Vorgang können wir verstärken, wenn wir die anstehenden Veränderungen möglichst objektiv zu betrachten versuchen und uns gründlich mit ihren Inhalten befassen, also Fähigkeiten im gesunden Bereich des Enneagramm-Musters 5 entfalten. Aktivieren wir nun auch den Willen zur kraftvollen Gestaltung der neuen Gegebenheiten, so steht uns die Stärke des Enneagramm-Typs 8 zum Umgang mit den neuen Aufgaben zur Verfügung. Hilfreich ist es dabei, wenn wir uns selbstsicher auf unsere eigenständigen Fähigkeiten verlassen und so der im Enneagramm-Punkt 2 erwünschten Entwicklung entsprechen. Kommt jetzt noch Zufriedenheit mit den ersten Ergebnissen der neuen Arbeitsabläufe als gesunde Haltung des Musters 4 hinzu, so werden wir in der positiven Haltung des Enneagramm-Musters 1 mit gutem Gewissen eine vertretbare Akzeptanz des anstehenden Wandels gewährleisten können.

Bezogen auf die Grafik des Enneagramms erfolgt dieser Ablauf alles andere als geradlinig. Wir sind immer wieder gefordert, unseren Vorgehensweisen andere Richtungen als gewohnt zu geben, mit ganz offenkundigen Ecken, Umbrüchen und Überschneidungen. Und doch folgen wir einem roten Faden, der geeignet erscheint, schon vertraute Stellen zu markieren und die beruhigende Erwartung auf eine erfolgreiche Bewältigung des anstehenden Wandels zu vermitteln.

Klassifizierung - ein Prozess der Ordnung

Elemente dieses Prozesses: *die Triaden*, alle neun Enneagramm-Punkte

Wenn wir uns die Arbeitsplätze unserer Kollegen anschauen, so können wir verschiedene „Ausgestaltungen“ wahrnehmen: Einige Schreibtische wirken wie das urflutliche Chaos, sie biegen sich unter scheinbar ungeordneten Papierstapeln, aus denen wie Inseln gebrauchte Kaffeetassen und überquellende Aschenbecher heraus ragen. Immerhin, wir vermögen deutliche Spuren des Arbeitslebens erkennen. Auf anderen Arbeitsplätzen befinden sich hingegen kaum ein paar Blätter, diese wenigen indes ordentlich abgelegt, gesäumt von einigen Schreibutensilien, dem Taschenrechner und dem Telefon. Ein gewisser Eindruck von Sterilität wäre keine offenkundig unzutreffende Beschreibung. Und eine dritte Art der Arbeitsplatzgestaltung vermögen wir zu unterscheiden: Hier stehen zwischen den Arbeitsmaterialien Blumen, Fotos der Familie, auch eine private Zeitschrift mag gelegentlich dort liegen. Ein gewisses Empfinden menschlicher Wärme wirkt hier auf uns ein. Wenn wir nun an die Kollegen denken, die an diesen Schreibtischen ihre Arbeit verrichten –welche Schlüsse ziehen wir dann auf ihr Inneres?

Bezüge zum Enneagramm

Das Leben entstammt dem Chaos. Am Anfang gab es noch keine Ordnung, sie hat sich erst später eingestellt, sei es durch die Evolution, sei es durch die spezifisch menschl-

chen Fähigkeiten. Doch die Lebendigkeit steht in der Mitte aller menschlichen Entfaltung – ohne Leben gäbe es nur Materie. Allerdings ist Leben auf unserer Erde nur in der materiellen „Behausung“ möglich. Deshalb bemühen wir uns mit einem zentralen Teil unserer Grundstrebungen um die Erhaltung unseres Dasein schlechthin. Wir bedienen uns einer Vielfalt von Möglichkeiten, unsere körperliche Existenz zu bewahren – von der Ernährung über die Gesundheitspflege bis zur Fortpflanzung. Mit gutem Grund steht deshalb die „Bauchtriade“ des Enneagramms mit den Mustern 8, 9, 1 im Zentrum der Triaden.

Doch erst die Fähigkeit zum Denken unterscheidet uns Menschen wesentlich von den anderen Lebewesen unseres Planeten. Ohne unser Denkvermögen wären wir nur eine „Tierart“ unter anderen. Durch unsere geistigen Fähigkeiten können wir komplexe Einteilungen vornehmen und subtile Maßnahmen ergreifen, mit deren Hilfe wir unsere Grundstrebung nach Sicherheit und Orientierung zu organisieren, zu ordnen suchen. Das reicht von einfachen persönlichen Bewertungen als „gut“ oder „inakzeptabel“ bis hin zu völkerübergreifenden Zusammenschlüssen mit all ihren komplexen Auswirkungen. Die „Kopftriade“ des Enneagramms und ihre Muster 5, 6, 7 erweitert somit unsere reine Existenz zum besonderen Mensch-Sein.

Dieses Mensch-Sein wird indes vollendet erst durch die Menschlichkeit, die in unseren Empfindungen ihren Platz findet. Erst in der gegenseitigen Anerkennung und in der Zuwendung zu unseren Mitmenschen rundet sich der Bogen unserer Grundstrebungen. Die „Herztriade“ als dritte Kategorie des Enneagramms mit den Mustern 2, 3, 4 verleiht unserem Dasein den tieferen Sinn und richtet es aus auf ein höheres Ziel als unsere bloße Existenz.

Die unterschiedlichen Grundstrukturen des menschlichen Lebens finden also ihren deutlichen Niederschlag im Enneagramm, in den Triaden dieses Systems. Jede der angesprochenen Teilordnungen bezieht sich auf einen notwendigen, nicht hinweg zu denkenden Aspekt unseres Mensch-Seins.

Qualifizierung - ein Floating–Prozess

Elemente diese Prozesses: *das Kontinuum*, jeder einzelne Enneagramm-Punkt

Schneller, höher, weiter – das sind im Sport die Maßstäbe, nach denen Leistungen bewertet werden. Entsprechende Kriterien gelten auch als Messlatten in vielen anderen Bereichen unseres Lebensumfeldes, ganz gewiss auch in Bezug zu unserer beruflichen Tätigkeit. Nun zwingt uns in aller Regel aber niemand, ständig die Nummer Eins unter unseren Kollegen zu sein. Wenn wir dies gleichwohl versuchen, so stoßen wir bald an die Grenzen unserer Leistungsfähigkeit. Zudem liegt es nahe, dass wir uns Unwillen zuziehen – wohl weniger den des Chefs, wohl aber gewisse Vorhaltungen der anderen. Kaum einer von uns käme indes auf die Idee, sein Licht bewusst unter den Scheffel zu stellen oder gar ins sozial problematische Milieu abzugleiten. Gelegentliche Zurücknahme mag uns hingegen durchaus angeraten sein und sich dienlich auf die von uns je vertretene Sache

auswirken. Im mittleren Bereich dürften wir am ehesten unsere Talente im Alltag ausleben können, ohne hoch oben an der Sonne zu verbrennen oder ganz unten zu versumpfen. Natürlich sind wir frei, wie auf einer Art y-Achse im Koordinatensystem zu floaten, zumeist sicherlich mit dem Bestreben nach oben. Dabei ist – mit einem Beispiel aus dem schulischen Bereich – die Steigerung von einem Ausreichend hin zu einem Befriedigend ein gleich wertvoller Schritt wie die Veränderung von einer Drei plus zu einer Zwei minus. Und es stellt einfach eine Lebensregung dar und keine Katastrophe, wenn wir statt der gewohnten Zwei mal eine Vier kassieren, denn gerade dies vermag uns anzuspornen. Wesentlich ist, dass es uns klar ist, mit welchen Vorgehensweisen, inneren Einstellungen und Kontrollmechanismen wir die förderlichen Bewegungen im Rahmen unseres Lebensumfeldes vornehmen können.

Bezüge zum Enneagramm:

Nach einem Grundsatz des Enneagramms bleiben wir unser Leben lang einem der 9 Enneagramm-Muster wesentlich verhaftet. Eine Art Gefängnis stellt dieser besondere Bezug jedoch nicht dar, denn wir sind aufgefordert, uns auch zu den anderen Mustern hin zu bewegen. Mit innerem Gewinn wird uns dies aber erst dann gelingen, wenn wir zuvor uns im Bereich unseres eigenen Musters zurecht finden. Zuförderst sind wir gehalten, hier unseren Platz zu erkennen, wohl darum wissend, dass jeder Enneagramm-Typ eine Vielzahl von Stufen aufweist, die wir betreten können und auf denen wir uns hinauf, aber auch hinab zu bewegen vermögen. Wir müssten mit Blindheit geschlagen sein, wenn wir die jeweilige Richtung nicht wahrnehmen würden.

Spontane Reaktionen – Modelle automatisierter Prozesse

Elemente dieses Prozesses: *die zwischenmenschlichen Verhaltenskonzepte* nach Karen Horney, die Enneagramm-Punkte 9, 4, 5 sowie 3, 7, 8 sowie 6, 1, 2

Wenn wir bedauerlicherweise mit unserem Wagen in das Heck des Vordermannes knallen, so gibt es drei grundverschiedene Möglichkeiten unserer spontanen Reaktion: Wir können uns durch Fahrerflucht aus dem Staube machen, aus dem Schlamassel zurückziehen, wenngleich uns dann der Arm des Gesetzes um so härter strafen wird. Wir können aber auch die Flucht nach vorn antreten, aggressiv werden und den Idioten beschimpfen, der da seine Karre unserer Limousine in den Weg gebracht hat. Und wir können die Situation so nehmen, wie sie nun mal ist, uns ihr anpassen als einem Unfall, dessen Ablauf offenkundig gegen unser Fahrvermögen spricht.

Bezüge zum Enneagramm

Sobald wir in eine derart unangenehme Situation geraten, läuft eines der Programme – Rückzug, Angriff oder Anpassung – automatisch an, als unsere spontane, nicht durchdachte erste Reaktion. Dieses bemerkenswerte Phänomen hat die Psychiaterin Karen Horney, die Clau-

dio Naranjo oftmals zitiert, schon vor längerer Zeit hervor gehoben. Natürlich heißt dies keineswegs, dass wir mit dieser spontanen Reaktion dann die jeweilige Situation durchgängig beeinflussen, vielmehr wird sich unser „neurotisches Notprogramm“ oft nur auf die erste innere Reaktion oder auf eine mehr oder minder rasch korrigierte erste Handlung beschränken. Aber immer werden wir bei hinreichender Ehrlichkeit vor uns selbst einen stets gleichartigen ersten spontanen Reaktionsansatz bemerken.

Im System des Enneagramms lassen sich hierzu drei Gruppen bilden: Zu spontanem Rückzug neigen die Enneagramm-Muster 9, 4, 5 – zu spontaner Aggression drängen die Enneagramm-Typen 3, 7, 8 – zu spontaner Anpassung neigen die Enneagramm-Muster 6, 1, 2.

Formen des mitmenschlichen Umgangs – Modelle sozialer Prozesse

Elemente dieser Prozesse: *die Unterscheidungen Selbsterhalt-partnerschaftlicher Umgang-soziale Beziehungen*, jeder einzelne Enneagramm-Punkt

„Jeder ist sich selbst der Nächste!“ – „Am Weibe hängt, zum Weibe drängt doch jeder!“ – „Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Beste was es gibt auf der Welt!“

Drei unterschiedliche Aussagen, drei grundverschiedene Ausrichtungen: Wir können, so wir dies denn wollen, uns selbst als den Nabel der Welt ansehen. Wir vermögen aber auch die Zweisamkeit auf den Schild zu heben und alles andere vergessend zweitrangig werden lassen. Und es ist uns eröffnet, zu einer Vielzahl unserer Mitmenschen mehr oder weniger enge Beziehungen zu knüpfen. In unserem Alltag werden wir uns aller drei Haltungen bedienen, je ausgerichtet nach der konkreten Situation. Aber wenn es hart auf hart kommt, wenn wir bedeutsame Entscheidungen in unserem Leben zu fällen und wichtige Weichen zu stellen haben, dann werden wir einer der drei Ausrichtungen zuneigen, zumindest aber eine von ihnen hinten an stellen und den beiden verbleibenden den Vorrang einräumen. In aller Regel wird die bevorzugte Haltung – eventuell eingefärbt durch eine der anderen – die gleiche sein.

Bezüge zum Enneagramm:

Jedes der 9 Enneagramm-Muster kann sich jeder dieser drei unterschiedlichen Ausrichtungen bedienen. Sie rechnen nicht zu den spezifischen Inhalten des Enneagramms, wir können sie aber als nützliches „Zubehör“ dieses psychologischen Systems ansehen. Besonders dann, wenn jemand Schwierigkeiten empfindet, sein eigenes Enneagramm-Muster zu entdecken oder wenn wir – bei aller Sorgfalt – einen anderen Menschen nur mit Mühe einem Enneagramm-Typ zuzuordnen wagen, können uns diese Unterscheidungen von Nutzen sein. So mag es uns beispielsweise gelingen, eine sozial bezogene 8 oder eine selbsterhaltende 7 oder eine partnerbezogene 5 als entsprechendes Muster zu erkennen.

Nachbarschaft - ein Prozess der Affinität

Elemente dieses Prozesses: die Flügel, jeder Enneagramm-Punkt mit seinen beiden Nachbarpunkten

Die meisten Pflanzen wurzeln nicht nur direkt unter sich, sondern strecken ihr Wurzelwerk auch seitlich aus. So ergibt sich ein in ihre nachbarschaftlichen Gefilde ausbreitender Wuchs, der oft zu engen Verwachsungen mit dem jeweils daneben stehenden Pflanzenwerk führt. Zwar mögen wir einerseits zwischen den benachbarten Pflanzen Konkurrenz um Licht und Wasser beobachten, andererseits bieten viele einander wechselseitig Halt und Stütze gegen die Unbilden der Witterung. Hierzu bedarf es in der Pflanzenwelt wesensgemäß des unmittelbaren Kontaktes, jedenfalls der räumlichen Nähe. So oder so – verdrängend oder verflechtend – ist zwischen den einander nahe stehenden Pflanzen eine hervorzuhebende Beziehung gegeben, eine Nachbarschaft besonders ausgeprägter wechselseitiger Beeinflussung.

Bezüge zum Enneagramm:

Im System des Enneagramms finden die Beziehungen zwischen einander benachbarten Enneagramm-Punkten ihren Ausdruck in der so bezeichneten „Flügeltheorie“. Zwar mag dieser Begriff vorrangig das Bild eines Vogels hervorrufen, der seinen Flug durch den Gebrauch seiner beiden Schwingen leitet, doch sehen wir auch in der Pflanzenwelt, dass sich etwa das Astwerk der Bäume zumeist nach mehreren Seiten ausdehnt. Es gibt aber auch Pflanzen, die sich ungleich seitlich ausbreiten, bevorzugt in die eine oder in die andere Ausrichtung oder manchmal gar gertenschlank nur nach oben wachsen. In aller Regel aber können wir davon ausgehen, dass zwischen einander benachbarten Objekten und damit auch zwischen nachbarschaftlich gelegenen Enneagramm-Mustern sich auf ganz natürliche Weise wechselseitige Beziehungen und Einflussnahmen zeigen, die so zu weiter entfernten Enneagramm-Punkten erfahrungsgemäß nicht gegeben sind. Dem Nachbarschaftsverhältnis der einzelnen Enneagramm-Typen gebührt deshalb zu Recht unsere besondere Aufmerksamkeit.

Ausblick

Die vorstehenden Ausführungen zu einzelnen Prozess-Modellen des Enneagramms (in Ergänzung zum „Typen-Prozess-Modell des Enneagramms – TPME“) stellen lediglich einen vorläufigen Rundblick über die Vielfalt der Prozessausprägungen dar, die das Enneagramm uns bietet. Der „Prozess der Prozessfindung“ ist damit keineswegs abgeschlossen. Vielmehr möchte ich dazu anregen, in jedem Prozess, mit dem wir im Alltag in Berührung kommen, nach Bezügen zum Enneagramm zu suchen, sie hervorzuheben und den jeweiligen Prozess unter Betonung der spezifischen Enneagramm-Aspekte zu handhaben. Wir haben die Wahl, unser Denken, Handeln und Fühlen, unser gesamtes Sein als Prozessgeschehen aufzufassen und es mit dem Enneagramm förderlich zu entfalten.

Siegburg, den 6.1.2004

