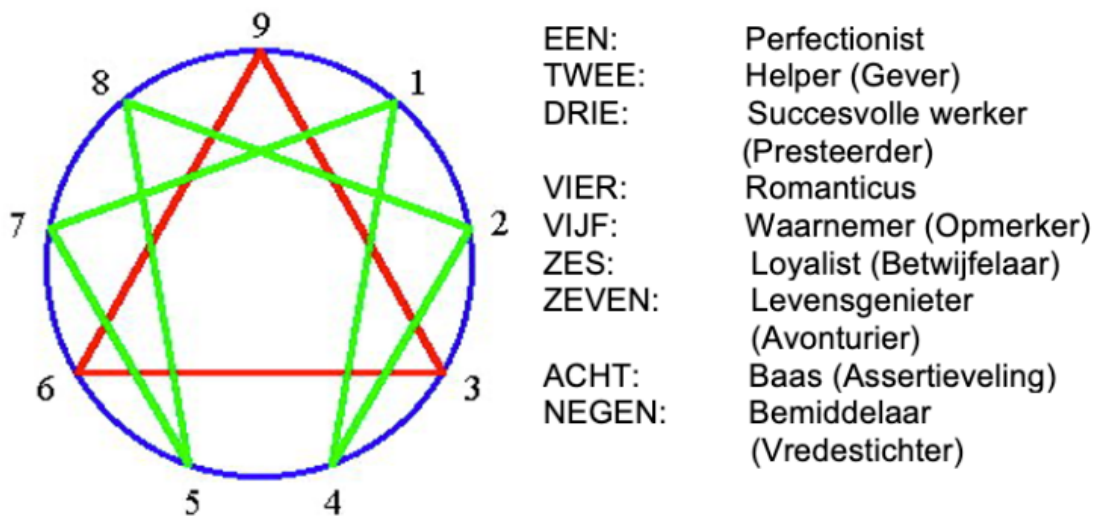


# Enneagram

Het enneagram is een persoonlijkheidsmodel. Het houdt zich bezig met bewust of onbewust gedrag. Het model kent negen verschillende types, die elk hun eigen sterktes en zwaktes hebben.

De volgende typen worden onderscheiden:



## EEN

*'Ik heb gelijk'*. Perfectionisten zijn realistisch, consciëntieus en principieel. Ze kunnen zich voordoen als moralist of wereldverbeteraar. Ze proberen hun hoge idealen ook werkelijk te realiseren; ze hebben vaak het idee dat het altijd beter kan en zijn dan ook niet gauw tevreden. Ze kunnen gefrustreerd zijn omdat het leven en de mensen niet zijn zoals ze in hun ogen zouden moeten zijn; ze kunnen teleurgesteld zijn in de eigen onvolmaaktheid: niet te kunnen voldoen aan de zichzelf gestelde hoge eisen.

### Fixatie

- Verleiding: perfectionisme
- Vermijding: onvolmaaktheid

De persoon met deze fixatie probeert liefde te krijgen door ordelijkheid, netheid en door perfect te zijn. Onvolmaaktheid wordt vermeden door dwangmatig te handelen en door rigide te zijn. Bij perfectionisme probeert men dingen die goed zijn nog beter te maken.

### Passie: kwaadheid (verontwaardiging)

De blokkade van dit type is: toorn, boosheid op zichzelf, een dubbele boosheid die wordt tot gramschap. Ook de woede op zichzelf wordt namelijk afgewezen omdat deze als onvolmaakt wordt gezien. De kwaadheid bouwt zich vaak op, tot de bom

barst. Mensen met kwaadheid als passie worden gemotiveerd door die kwaadheid. Het geeft ze power!

*Uitdaging:* geduld, blijmoedige gelatenheid, aanvaarding van het onvolmaakte van het leven.

*Beroep:* leraren, politieagenten, predikanten, politici.

## TWEE

*'Ik help'*. Helpers zijn warm, betrokken, verzorgend en gevoelig voor de behoeften van anderen; ze bieden hulp aan de medemens. Hun hulp heeft als onderliggend (onbewust) doel de eigen superioriteit te tonen. Ze hebben moeite om door te dringen tot hun innerlijk. 'Mijn leegheid is mijn schat'.

*Fixatie*

- Verleiding: sociale houding
- Vermijding: behoefteigheid

Deze personen hebben een behoefte om liefde te geven, om in ruil daarvoor liefde en macht terug te ontvangen. Ze willen graag in het middelpunt van de belangstelling staan. Liefde is hier geen onbaatzuchtige liefde maar liefde met een doel. Ze hebben moeite om zelf hulp te vragen als ze dit nodig hebben. Behoeftigheid is hun pijnpunt, dat is immers een teken dat ze niet of minder in staat zijn om hun hulpstrategie uit te voeren. Deze fixatie wordt gekenmerkt door een sterke afkeer van doornen, ze hebben meer behoefte aan rozen.

*Passie:* trots

Mensen met deze passie voelen zich superieur omdat ze hun diepere gevoelens van ontoereikendheid compenseren met een imago van trots. Hun zelfbeeld is: 'kijk eens hoe belangrijk ik ben in het leven van anderen' en 'door mijn liefde ben ik voor jullie onmisbaar'.

*Uitdaging:* deemoed, werkelijke solidariteit in plaats van een superieure hulphouding.

*Beroep:* zorg-sector (bijv. verpleging).

## DRIE

*'Ik heb succes'*. Presteerders zijn energiek, optimistisch, zelfverzekerd en doelgericht. Ze zetten 'alles' opzij om succes te hebben, desnoods ten koste van anderen. De DRIE is het prototype van de 'streber'.

*Fixaties*

- Verleiding: succes
- Vermijding: mislukking

Het doel is in alle gevallen succesvol te zijn. De DRIE ontkent mislukkingen en

probeert de ander ervan te overtuigen, desnoods door een leugen, of door de werkelijkheid mooier te maken, dat wat een mislukking lijkt toch een succes is. Ze nemen het niet zo nauw met de waarheid, als het gestelde doel maar bereikt wordt. Deze personen doen zich vaak beter voor dan ze zijn. Het kan voorkomen dat ze vlak voor hun faillissement bij hoog en laag volhouden dat het goed gaat komen. Er kan ook sprake zijn van zelfmisleiding: het lijkt erop dat ze zelf geloven in het door hen vertekende beeld van de werkelijkheid en in hun eigen 'glansrol' daarin.

*Passie:* ijdelheid

Zelfmisleiding en zelfbedrog zijn automatisch gekoppeld aan ijdelheid.

Ijdelheid betekent dat een beeld van zichzelf wordt gecreëerd zoals ze, kijkend door de ogen van iemand anders, zouden willen zijn. Ze hebben alleen niet in de gaten dat dit positieve beeld vaak niet overeenkomt met de werkelijkheid. Ze hebben geen contact met zichzelf, want ze leven volgens het onechte beeld zoals ze zouden willen zijn.

*Uitdaging:* oprechtheid, eerlijkheid: kunnen accepteren dat succes niet altijd mogelijk is.

*Beroep:* verkoper, manager, ontwerper, iets in media of reclame.

## **VIER**

*'Ik ben anders'.* Romantici zijn gevoelig, warm en scherpzinnig. Ze voelen zich uniek en willen als zodanig gezien worden. Ze putten hun energie uit anderen, hun levensvraag is: "Wat denken jullie van mij? Merken jullie mij op?". Vieren zijn sterk intuïtief en introvert; soms melancholiek en zwaarmoedig.

*Fixatie*

- Verleiding: schoonheid, melancholie
- Vermijding: minderwaardigheid

VIEREN hebben ervaren dat ze liefde krijgen door eerst te lijden. Daarom zoeken ze geluk in het ervaren van pijn: 'Tranen zijn paarden.' Omdat ze het gevoel hebben dat niemand ze begrijpt lijkt het of ze zich boven anderen verheven voelen en vertoont hun gedrag een bepaalde arrogantie. Hun zelfbeeld is niet zozeer 'Ik wil bijzonder zijn', maar meer: 'Ik ben anders'. Ze hullen zich in melancholie of zwaarmoedigheid. Mensen met deze fixatie zijn hun pijn voor, omdat ze zich emotioneel uiten, bijvoorbeeld in kunstzinnige creaties.

*Passie:* afgunst (nijd)

Jaloezie betekent dat je iemand iets niet gunt. Bij afgunst als onbewuste motivatie zegt je dan ook voortdurend: 'Waarom hij wel en ik niet?' Het is niet zozeer afgunst vanwege andermans materiële zaken, maar vanwege het vermeende geluk van de ander. Het lijkt voor hen net of anderen altijd gelukkiger zijn. Mensen met deze passie voelen een tekort in zichzelf en denken: "Wat hebben anderen dat ik niet heb?".

*Uitdaging:* evenwichtigheid in gevoelens, te bereiken door discipline (afstand nemen van emoties); VIEREN zijn door gevoelsdiepten heengegaan en kunnen anderen

daarom goed begrijpen.

*Beroep*: vaak een artistiek beroep, bijv. kunstenaar, musicus, schrijver, toneelspeler

## VIJF

*'Ik heb het door'*. Waarnemers hebben behoefte aan kennis en zijn introvert, leergierig, analytisch en inzichtelijk. Ze willen vooral objectieve, feitelijke informatie verzamelen; ze zijn analytisch, volhardend en gevoelig. Ze hebben moeite om in de situatie met hun gevoelens om te gaan; ze 'parkeren' die gevoelens dan en gaan in de situatie af op wat het denken hen ingeeft. Ze verzamelen zoveel mogelijk kennis, zodat ze die in de situatie waarin ze verkeren kunnen toepassen. Zodoende hebben ze iets achter de hand dat hen kan redden bij gebrek aan de inzet van hun emoties, die ze immers buitenspel houden. Ze kunnen op anderen 'detached', zakelijk, nuchter, niet-emotioneel overkomen. In wezen zijn ze juist al te gevoelig, maar ze hebben moeite om hun gevoelens direct in de situatie in te voegen. Hun denken en gevoel lopen niet parallel. Terwijl ze naar een film kijken kunnen ze daarop kritisch en cynisch commentaar geven, daarmee hun emotioneel geroerd-zijn overstemmend. Ze kunnen zich onaangedaan voordoen en tegelijk zich achter de krant verschuilen en een traan wegpinken omdat een scène hen emotioneel raakte. Later, als ze zich in hun kamer hebben teruggetrokken, komen de geparkeerde gevoelens weer omhoog en worden deze alsnog verwerkt, in een 'second reaction'. Doordat ze hun emoties niet direct in de situatie zelf uiten kunnen ze intellectueel-arrogant overkomen, afstandelijk en kritisch op anderen. Ze houden er van regelmatig alleen te zijn en om stil met zichzelf hun emoties te verwerken en alsnog een plaats te geven. VIJVEN kunnen er niet tegen wanneer anderen hen domineren; ze bakenen dan ook hun territorium af door hun eigen privé-ruimte te creëren en tijd voor zichzelf te nemen. Dwang, 'moeten', werkt bij de VIJF als een rode lap op een stier.

### *Fixatie*

- Verleiding: wijsheid
- Vermijding: leegheid

Kenmerkend voor deze mensen is dat ze dingen liever alleen doen. Ze trekken zich terug in hun ivoren toren. Ze geloven niet in liefde en groeien soms op als een zombie. Het is de strategie van 'de Einzelgänger'; ze trekken zich van niemand iets aan en gaan hun eigen gang. Ze hebt ruimte en vrijheid nodig en kunnen ook zeer verlegen zijn. Typerend is dat ze de rol spelen van de waarnemer. In conflicten kunnen ze van een afstand de zaak aanschouwen. Iemand vraagt ze om iets te doen en dan doen ze nog niets. Als het je voor de tweede keer gevraagd wordt komen ze in actie.

### *Passie*: hebzucht (gierigheid)

VIJVEN hebben tijd, ruimte en bepaalde dingen voor zichzelf nodig en willen deze zaken niet graag met anderen delen. Ze hebben ruimte nodig en die eisen ze ook op. Het zijn verzamelaars van kennis. Gevoelens van schaarste liggen daaraan ten grondslag: ze hamsteren alles wat ze nodig hebben om zich van hun vrijheid en onafhankelijkheid te verzekeren. In dit verband zijn niet zozeer materiële bezittingen maar vooral kennis in de vorm van essentiële informatie die nodig is om te overleven

van belang. Ze houden informatie liever voor zichzelf en vertellen anderen niet helemaal precies welke informatie ze inmiddels hebben verzameld. Ze verzamelen kennis om zichzelf en het leven beter te leren begrijpen. Iemand die deze onbewuste motivatie heeft, is voortdurend op zoek naar de zin van het leven en de essentie van alles.

*Uitdaging:* objectiviteit, afstand kunnen nemen, zich niet hechten, waardoor ze goede raad kunnen geven.

*Beroep:* (kamer)geleerden, onderzoekers, inspecteurs, monniken, bibliothecaressen, technische knutselaars.

## ZES

*'Ik doe mijn plicht'.* Loyalisten hebben verantwoordelijkheidsgevoel, zijn betrouwbaar en hechten waarde aan een loyale opstelling jegens familie, vrienden, groepen en goede doelen. Hun persoonlijkheid varieert van gereserveerd en timide tot openhartig en confronterend. Ze hechten waarde aan tradities en kunnen goed samenwerken.

### *Fixaties*

- Verleiding: zekerheid
- Vermijding: twijfel

Deze mensen hebben in hun vroege jeugdliefde ontvangen door loyaal te zijn met hun ouders. Dit gaf hun zekerheid. ZESSEN zoeken de zekerheid en bescherming van autoriteiten maar hebben daar tegelijk een angst voor. Ze kunnen de trouwe medewerker worden maar tegelijk de angst voelen voor die autoriteit (fobisch gedrag). Een reactie kan zijn dat ze gaan strijden tegen autoriteiten en dan worden ze de revolutionair. Dit wordt wel contrafobisch gedrag genoemd. In plaats dat ze bevangen worden door angst gaan ze angst bestrijden. ZESSEN hebben doorlopend 'Ja' en 'Nee' in hun hoofd: ben ik trouw aan de autoriteit of ga ik ertegenin.

### *Passie:* angst en roekeloosheid

De ene kant van dit type is fobisch en wordt gekenmerkt door angst, ziet vaak problemen en achter elke boom een gevaar. De andere kant is contrafobisch en gaat angst bevechten door het gevaar op te zoeken, bijv. door steile bergen te gaan beklimmen, van rotsen af te springen, of te gaan autoracen. Achter beide zit angst. De een gaat de angst uit de weg en de ander bestrijdt de angst door hem uit te dagen. ZESSEN hebben de neiging om de eigen vijandigheid en het eigen wantrouwen op andere mensen te projecteren.

*Uitdaging:* moed (ze kunnen op een heroïsche wijze boven zichzelf uitgroeien).

*Beroep:* alles wat te maken heeft met de wet: rechters, officieren van justitie, advocaten, detectives, politie, het leger.

## ZEVEN

*'Ik ben gelukkig'*. Levensgenieters zijn energiek, levendig en optimistisch; ze willen hun steentje bijdragen aan de wereld; hun uiterlijk voorkomen is dat van optimisme en blijheid, zijn spontaan en fantasierijk; soms impulsief en naïef; ontwijken pijn; hebben tegenstrijdige gevoelens bij het aangaan van verbintenissen; 'het eeuwige kind' (Peter Pan). Ze hebben een grote mate van overredings- en overtuigingskracht.

### *Fixatie:*

Verleiding: plezier

Vermijding: pijn

ZEVENS proberen waardering te krijgen door van alles iets plezierig te maken. Plezier is voor de ZEVEN niet zozeer een spontaan verschijnsel maar een 'must'. Het heeft een strategisch doel, namelijk 'geluk verwerven'. Daarom vermijden ze pijn: 'plezier = geluk, pijn = ellende'. Ze hebben moeite met de schaduwkant van het leven en lijken daardoor oppervlakkig. Hun agenda wordt bepaald door 'plezier', desnoods plezier met trucjes (geplande grappen en gebeurtenissen). Daardoor lijken ze oppervlakkig.

*Passie:* gulzigheid, onmatigheid ('meer is altijd beter', grenzeloos willen genieten). Gulzigheid heeft hier de betekenis van het mateloos genieten van de ene plezierige gebeurtenis na de andere. ZEVEN springen van het ene leuke naar het ander, je kunt niet zonder. Ze zoeken dwangmatig naar 'plezier': elke paar minuten is er wel iets leuks om aan te denken. De gulzigheid van de ZEVEN is te omschrijven als impulsiviteit in het bevredigen van zinnelijke verlangens. Ze vervullen wat ze willen hebben en liefst nog meer, want meer is beter.

*Uitdaging:* nuchterheid (nuchtere blijdschap).

*Beroep:* liefst verschillende banen tegelijk; vrij, ongebonden beroep.

## ACHT

*'Ik ben sterk'*. Assertievelingen zijn direct, onafhankelijk, zelfverzekerd en beschermend. Ze komen over als sterke persoonlijkheden, stellen onrechtvaardigheid of oneerlijkheid aan de kaak, hebben sterk verantwoordelijkheidsgevoel, hebben houding van 'laat niet over je lopen' en 'sla terug' Ze willen controle houden over de situatie en willen daarom alles weten; ze zijn bezitterig. Het type 'ruwe bolster, blanke pit' kan op de ACHT van toepassing zijn.

### *Fixatie*

· Verleiding: macht

· Vermijding: machteloosheid

Mensen met deze fixatie hebben ooit aan zichzelf te kennen gegeven dat ze macht over anderen moeten hebben, omdat ze anders niemand zijn. Machteloosheid willen ze vermijden want het geeft hun een malaisegevoel waar ze geen raad mee weten. Ze willen controle houden over de situatie en oefenen daarbij macht uit. Dit streven wordt vaak gekenmerkt door het recht in eigen hand te nemen. 'Regels zijn erom gebroken te worden en als ik m'n zin maar krijg.' Bij deze fixatie kan sprake zijn van

wraakzucht. Als een ACHT geraakt wordt, doordat iemand hem op zijn gezicht laat gaan, zal hij ooit wraak nemen.

*Passie:* lust

Lust is voor de ACHT een passie, die zich presenteert in een hard pantser. Het gaat daarbij om het daadwerkelijk voelen van lust: "Ik moet hebben wat ik wil. Niet goedschiks, dan maar kwaadschiks." Het is de levensenergie die wordt aangewend om te krijgen wat men wil. Ze hunkeren schaamteloos naar bevrediging van hun verlangens. Lust en hedonisme zijn kenmerken van deze op het oog harde persoonlijkheid.

*Uitdaging:* onschuld (het kwetsbare kind in zichzelf accepteren).

*Beroep:* leidinggevende functie, manager, directeur.

## NEGEN

'Ik ben tevreden'. Vredestichters zijn ontvankelijk, goedaardig en ondersteunend. Ze streven naar harmonie met de medemens en de wereld om hen heen. Het zijn onpartijdige scheidsrechters; ze hebben iets van 'het onschuldige kind', zwemmen graag met de stroom mee, zijn meegaand en kunnen gemakzuchtig zijn. Er is soms moeilijk vat op ze te krijgen; ze ontvluchten moeilijke situaties en rekenen er niet op dat anderen zich voor hun problemen interesseren. Ze hebben het contact met hun innerlijke stem verloren. Ze zoeken vaak een actieve partner.

*Fixatie*

- Verleiding: fijngevoeligheid
- Vermijding: conflict

NEGENS zijn zo fijngevoelig voor de mening van een ander, dat ze op alles JA zeggen. Ze menen dat ze zelf niet zo belangrijk zijn en dat hun eigen behoeften er niet zo toe doen. Ze zijn bereid zich overal aan aan te passen en vergeten vaak hun eigen wensen. De behoeften van de ander zijn ogenschijnlijk hun behoeften. Ze leven hun leven door het leven van de ander te leven. Ze lijken onbaatzuchtig omdat ze eerst denken aan wat de ander wil, maar dit heeft uiteindelijk wel een ego-doel, namelijk zichzelf erbuiten houden, zodat ze ook niet verantwoordelijk gehouden worden voor de eventuele pijn die ze anderen aandoen. Tegelijk zorgt dit op onbewust niveau voor een opstapeling van frustraties in hun innerlijk, die vervolgens worden ontkend maar wel op een of andere, vaak indirecte manier, naar buiten komen. NEGENS zijn sterk in het vermijden van conflicten omdat ze gevoelens die daarmee te maken hebben wegstoppen, waardoor het lijkt of ze er niet zijn. Deze verdrongen (negatieve) gevoelens komen vaak in een andere situatie naar boven dan waar ze oorspronkelijk vandaan komen, waardoor de ander er niets van begrijpt.

*Passie:* traagheid of luiheid

De blokkade van de NEGEN is luiheid, het wel geloven, alles langs zich heen laten gaan. Het verlies van zijn, het verlies van essentie, is bij mensen met deze passie zo groot, zo overweldigend en zo dramatisch, dat er een onbewuste luiheid ontstaat. Ze willen niets met de essentie van het ZIJN te maken hebben, met onbewuste gevoelens en processen en de pijn die daarbij hoort. Ze laten zich liever in slaap

sukkelen en verliezen liever het contact met zichzelf dan dat ze de pijn voelen van hun aandeel in het leven. De traagheid betreft het zich niet willen verdiepen in hun authentieke gevoelens, waardoor ze aan de essentie van het leven voorbij lijken te gaan.

*Uitdaging:* daadkracht, het twijfelen (initiatiefloosheid) doorbreken door vastberaden actie en het nemen van de eigen verantwoordelijkheid van hun daden.

*Beroep:* een beroep waarin ze zelf geen initiatieven hoeven nemen, en waarin zich weinig stress- of conflictgedrag voordoet.

Test te doen via: <http://www.eclecticenergies.com/nederlands/enneagram/test.php>  
of <http://www.enneagram-online.nl/pweb/index.php>