



Auteur: [Monique Schouten](#)

Uitgever: [Uitgeverij Marmar Boeken BV](#)

- Nederlands
- 384 pagina's
- februari 2014

## Samenvatting

Neem het heft in handen en leef je beste leven!

Aan de hand van het enneagram, een eeuwenoude methode die ons leert dat er in de basis slechts negen menstypes bestaan, ontwikkelde Monique Schouten het V-cirkelmodel. Ieder menstype en de bijbehorende V-cirkel maken duidelijk wat je onbewuste drijfveren zijn. En wanneer je je bewust bent van die drijfveren, kun je je persoonlijk functioneren verbeteren.

In dit complete handboek legt Monique Schouten de negen menstypen van het enneagram uit en beschrijft ze de bijbehorende V-cirkels. Ieder type wordt geïllustreerd met talrijke praktijkvoorbeelden zodat je leert welke aspecten kenmerkend zijn voor dat specifieke type. Hiermee kun je niet alleen jezelf, maar ook anderen herkennen en dat maakt dit boek een praktische gids voor iedereen die met het enneagram werkt of ermee aan de slag wil.

Monique Schouten is psycholoog en wordt internationaal gezien als de expert op het gebied van onbewuste drijfveren, persoonlijkheid, enneagram en menstypering. Het door haar ontwikkelde V-cirkelmodel geldt binnen de psychologie als een gewaardeerd theoretisch kader dat inzicht geeft in iemands onbewuste drijfveren en dat mensen helpt zich bewust te worden van zijn of haar menstype. De beste versie van jezelf verscheen eerder onder de titel *De psychologie van het enneagram*. Inmiddels is dit boek al vele malen herdrukt en geldt het als een standaardwerk. Vanuit haar bedrijf V-cirkel Academie verzorgt Monique Schouten cursussen en trainingen en geeft ze lezingen. Ze coacht mensen individueel en geeft relatietherapie. tevens leidt ze coaches op die zich willen specialiseren in de V-cirkelmethode en is ze een veelgevraagd spreker.

## Recensie(s)

‘Helder en overzichtelijk boek waarmee je je type kunt bepalen.’

*NBD Biblion*

‘Monique Schouten gaat onbevreesd op zoek naar de kern van ons doen en laten.’ –

*Bram Bakker, psychiater en auteur*

‘Je weet niet wat je niet weet. Monique Schouten heeft het team van adidas Benelux inzicht gegeven in elkaars onbewuste drijfveren waardoor wij nu bewust zijn van dingen die wij anders nooit hadden geweten ... een permanente eye-opener!’

- *Paul Boerboom, General Manager Benelux bij adidas Group*

In de persoonlijke inleiding geeft de auteur aan hoe je haar methode kunt hanteren. Bij elk type van het enneagram staat een cirkel met de sleutelwoorden: Verleiding, Vermijding, Verdediging en Verslaving. Dit zijn de drijfveren en overlevingsstrategieën om Verlies dat in het midden van de cirkel staat, te vermijden. Door bij elk enneagramtype verschillende personen aan het woord te laten kun je je als lezer gemakkelijker in een type herkennen dan met een vragenlijst. Dit is de kracht van het boek. Met vlotte pen en in toegankelijk proza schetst de auteur telkens andere aspecten van een bepaald type. De duidelijkheid wordt verhoogd door in cursief een korte samenvatting te geven met een aantal sleutelbegrippen. Deze methode is alleen gericht op zelfinzicht en acceptatie. Jammer dat er geen aandachtspunten genoemd worden waar elke type zich naar kan richten voor persoonlijke groei. Aan het eind de vijftientig meest gestelde vragen, een stappenplan en literatuurlijst. Helder boek om je type te bepalen. Kleine letter.

*S. Roest-Mouissie*

[Overgenomen van Bol.com](http://Overgenomen.van.Bol.com)