

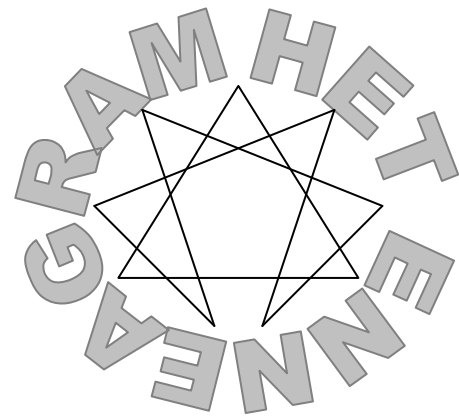
WIE WIL IK WORDEN?

© R. Masschelein

HET ENNEAGRAM



S. Dalí, *De verzoeking van de H. Antonius* (1947)



DEEL I: WIE BEN IK?

schema 1: De gevoelstriades; denktriade en instinctieve triade

We kunnen de mensen opdelen in drie soorten volgens het gebruik dat ze maken van één van volgende functies of centra: het **denken (hoofd)**, het **voelen (hart)** of het **handelen (instinct)**.

De **gevoelstriade**, de **denktriade** en de **instinctieve triade** omvatten elk drie persoonlijkheidstypes die eigenlijk niets anders zijn dan de sterke en zwakke kanten van die triade.

Type 2 bijvoorbeeld kenmerkt zich door de sterke en zwakke kanten wat betreft het gevoel. Daarom is het een van de drie typen binnen de gevoelstriade. Bij type zeven draaien de sterke en de zwakke kanten eerder om het denken en daarom valt dit type binnen de denktriade.

Elke triade omvat één type dat haar functie bovenmatig tot uitdrukking brengt, één type dat haar functie in geringe mate tot uitdrukking brengt en één type dat de voeling met haar functie nagenoeg kwijt is of ze op zijn minst ontkent.

In de gevoelstriade bijvoorbeeld uit de twee zijn gevoelens buitensporig (sterke kant), hoewel het hier enkel om positieve gevoelens gaat (zwakke kant)

Opdracht 1bis *Buik- hoofd- en hartmensen*

Welk centrum is bij jou het best ontwikkeld: buik, hoofd of hart? In welke triade zou jij nu al situeren?

.....

.....

.....

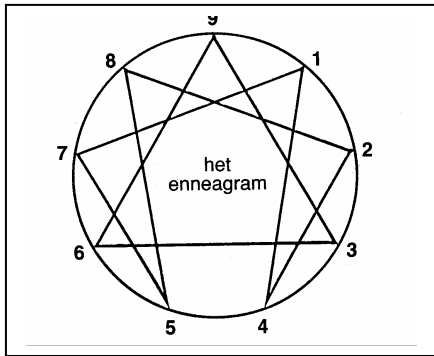
.....

.....

.....

.....

schema 2: Wat is het enneagram?



Het enneagram is een levensbeschouwelijk systeem dat negen verschillende types van persoonlijkheden onderscheidt en omschrijft aan de hand van een symbool. Dit symbool bestaat uit een cirkel met daarin een driehoek, aangevuld met een figuur met zes onregelmatige zijden, die hexade wordt genoemd. De punten van de driehoek en die van de hexade vormen samen negen op gelijke afstand gelegen punten op een cirkel.

Deze cirkel symboliseert onze geest in zijn geheel. De negen punten symboliseren elk belangrijke krachten die we in ons

dragen. Ze zijn alle negen tegengesteld aan elkaar, maar we bezitten ze allemaal (zij het niet in gelijke mate). Eén van die krachten kan overheersen en zo ons **basispersoonlijkheidstype** bepalen. Elke type bevat gezonde, ongezonde en gemiddelde trekken. De eventuele negatieve inkleuring van een type is hoofdzakelijk cultureel bepaald. Eigenlijk is bijna niemand een 'zuiver' persoonlijkheidstype. De meeste mensen zijn een unieke mix van hun basistype en (één van de) beide typen die daar meteen naast liggen (de **vleugels**).

Als bij iemand bijvoorbeeld kracht 1 heel sterk is, behoort hij tot basispersoonlijkheidstype 1, wat niet wegneemt dat hij sterk beïnvloed wordt door vleugel 2.

Het enneagram steunt op een theorie die zegt dat op het moment van onze geboorte alle mogelijke gedragingen voor ons openliggen. Als we dan met de wereld in aanraking komen, ontwikkelen we vanuit onze erfelijke en sociale achtergrond een **strategie** om ons te beschermen en ons aan de omgeving aan te passen.

Zo zal de ene mens sympathie van zijn omgeving proberen te verwerven door te presteren (type 3) terwijl een andere hetzelfde zal nastreven door alles wat hij doet zo nauwgezet mogelijk te doen (type 1). Weer een ander zal proberen zich te beschermen tegen inmenging van anderen door afstand te houden (type 5). Alledrie kiezen ze voor een bepaalde strategie om zich te beschermen en zich aan te passen aan de omgeving waarin zij zich bevinden.

Omdat een bepaalde strategie zekerheid lijkt te bieden, kiest de mens er op de duur voor die ene strategie almaar toe te passen. De kans bestaat dus dat hij vastgeroest raakt en met die ene bescherming, met die ene strategie blijft leven. Op dat moment spreken we van een **fixatie**.

Het spreekt voor zich dat de miljoenen mensen die tot één bepaald type behoren, toch allemaal van elkaar verschillen. Al was het maar omdat al die mensen ook kenmerken bezitten van de andere types. Wat die mensen van een bepaald type dan wél gemeen hebben is de typische manier waarop ze hun fixatie ontwikkelen. Ze doen dit volgens bepaalde typische patronen, **basispatronen** genoemd. Daarom besteedt het enneagram vooral aandacht aan de basispatronen bij mensen en niet zozeer aan het gedrag. Het **gedrag** of de zichtbare gewoontes zijn eigenlijk maar het topje van de ijsberg. Het zijn slechts uiterlijke tekenen van diepgewortelde fixaties en hetzelfde gedrag kan bij meerdere types voorkomen.

*Zo kan zowel type 1 als type 8 controlerend optreden. De **zichtbare gewoonte** is hier dus hetzelfde. Als we echter naar de basispatronen van beide types gaan kijken, merken we dat de **motivatie** om controlerend op te treden volledig anders is. Bij type 1 is zulks door een zucht naar perfectie ingegeven, terwijl type 8 op die manier macht wil verwerven.*

!! Ga eens bij de verschillende types na welke basispatronen op jou van toepassing zijn. Wat is je conclusie?



Opdracht 1bis: (INDIVIDUEEL)

Vul de volgende zinnen aan (geen personen noemen)

Ik houd van	Ik houd niet van
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Opdracht 2: Test (INDIVIDUEEL)

OPMERKING VOORAF: 1) Als je niet meteen een oordeel kunt vellen, kijk dan hoe je spontaan (in bijvoorbeeld stress-situaties) reageert. 2) Deze test onderzoekt wie je bent, niet wie je zou willen zijn!

1 Ik laat zien dat ik van anderen houd door hard te werken.	46 Ik kan beter mijn gedachten uitdrukken dan mijn gevoelens laten zien.
2 Ik houd ervan als alles op z'n plaats ligt.	47 Ik heb een hekel aan sociale verplichtingen.
3 Ik doe meer dan van me verwacht wordt.	48 Ik ga confrontaties uit de weg.
4 Ik sta niet graag met mijn oordeel klaar maar vind het moeilijk om niet te oordelen.	49 Ik kan er niet tegen als anderen mijn leven proberen te controleren.
5 Ik ben gefocust op wat er verkeerd gaat en geef direct aan hoe het beter kan.	50 Ik heb het recht om boos te worden.
6 Ik vraag me regelmatig af hoe het met mijn financiële situatie gesteld is.	51 Ik ben van nature alert.
7 Ik vermijd kritiek en probeer alles zo goed mogelijk te doen.	52 Ik ben een loyale vriend en partner.
8 Ik ben moeilijk voor mezelf en ook voor anderen.	53 Ik sta achter mijn partner, vooral als we samen tegenover iemand staan.
9 Ik probeer mezelf altijd te verbeteren.	54 Ik ben intelligent.
10 Ik vind het moeilijk om iemand te vergeven.	55 Ik kan in stressvolle situaties moeilijk een beslissing nemen.
.....	56 Ik reageer wel eens te snel.
11 Ik heb een warme en vriendelijke persoonlijkheid.	57 Ik geef de voorkeur aan datgene wat bewezen is.
12 Ik geef mensen complimentjes voor wat ze gepresteerd hebben.	58 Ik wantrouw iemand die mij vleidend benadert.
13 Ik laat anderen weten dat ze heel bijzonder voor me zijn.	59 Ik test vaak de loyaliteit van mijn partner.
14 Ik houd ervan om waardering te	60 Ik wil alles weten om zekerheid te krijgen.

	61 Ik ben altijd optimistisch.
	62 Ik kan veel dingen tegelijkertijd doen.

- verkrijgen om wie ik ben.
- 15 Het is voor mij gemakkelijker om te geven dan om te ontvangen.
- 16 Ik vind het moeilijk om negatieve gevoelens tegen anderen te uiten.
- 17 Ik houd oogcontact in een conversatie.
- 18 Ik ervaar gemakkelijk een diep gevoel van eenzaamheid.
- 19 Ik vind dat ik onsmisbaar ben voor de ander die door mij succes kan hebben.
- 20 Ik kan me ondergeschikt maken aan een ander.
-
- 21 Ik haal het beste uit mezelf en haal daar waardering uit.
- 22 Ik heb voldoende energie om me in te zetten voor belangrijke zaken.
- 23 Ik heb vertrouwen in mijn capaciteiten.
- 24 Alles wat ik doe, doe ik goed.
- 25 Ik geef mezelf een bepaalde richting en stel duidelijke doelen.
- 26 Ik focus me op wat gedaan moet worden en niet op wat er mis kan gaan.
- 27 Ik kan mezelf goed verkopen.
- 28 Ik ben altijd bezig en heb moeite met niets doen.
- 29 Ik praat niet graag over mijn gevoelens.
- 30 Ik ben efficiënt en goed georganiseerd.
-
- 31 Ik zie de tragische aspecten van het leven.
- 32 Ik voel me vaak verkeerd begrepen.
- 33 Ik verlang naar de perfecte partner.
- 34 Ik voel me aangetrokken tot datgene wat zelden beschikbaar is.
- 35 Ik ben er om te helpen als mensen problemen hebben.
- 36 Ik voel de pijn van iemand anders.
- 37 Ik voel me snel verdrietig.
- 38 Ik heb soms medelijden met mezelf.
- 39 Ik houd mijn gevoelens voor me, zodat ik anderen niet afstoot.
- 40 Ik verwerp alles wat gewoon en alledaags is.
-
- 41 Ik houd niet van emotionele mensen.
- 42 Ik vertrouw op mezelf.
- 43 Ik houd mijn problemen voor mezelf.
- 44 Ik kom met heel weinig dingen toe.
- 45 Ik voel me in aanwezigheid van anderen vaak niet op m'n gemak.

- 63 Ik zoek nieuwe, leuke en uitdagende ervaringen.
- 64 Ik houd van opwindende en intense relaties.
- 65 Ik wil een goed leven leiden.
- 66 Ik voel me soms verlegen, maar anderen denken dat ik veel zelfvertrouwen heb.
- 67 Ik voer niet alle plannen uit die ik maak.
- 68 Ik weet de aandacht op mij te vestigen.
- 69 Ik help mensen graag om uit een depressie te komen.
- 70 Ik houd er niet van als mensen mijn vrijheid beperken.
-
- 71 Ik houd van opwindend en voel me aangetrokken tot mensen die intens leven.
- 72 Ik heb een ruwe bolster met een blanke pit.
- 73 Ik ben moedig.
- 74 Ik kan hard en veeleisend zijn ten opzichte van mezelf en anderen.
- 75 Ik kan mensen die zwakker zijn dan ik, ergeren met mijn confronterende stijl.
- 76 Ik kies voor een blijvende relatie, ondanks conflicten.
- 77 Ik heb vaak geen oog voor het standpunt van de ander.
- 78 Ik vind onafhankelijkheid belangrijk.
- 79 Ik eis eerlijkheid en gelijkheid.
- 80 Ik heb liever dat mensen me respecteren dan dat ze me aardig vinden.
-
- 81 Ik trek vrienden aan die zich bij mij op hun gemak voelen.
- 82 Ik kan moeilijk beslissingen nemen.
- 83 Ik eis weinig van anderen.
- 84 Ik ben ambitieuzer voor mijn partner dan voor mezelf.
- 85 Ik twijfel snel.
- 86 Ik ben sneller depressief dan boos.
- 87 Ik ben gehecht aan mijn gewoontes en routines.
- 88 Ik ben gemakkelijk afgeleid.
- 89 Ik heb moeite om één standpunt in te nemen.
- 90 Ik vind lichamelijk contact belangrijk.

Rij 1 1 t/m 10

Rij 2 11 t/m 20

Rij 3 21 t/m 30

Rij 4 31 t/m 40

Rij 5 41 t/m 50

Rij 6 51 t/m 60

Rij 7 61 t/m 70

Rij 8 71 t/m 80

Rij 9 81 t/m 90

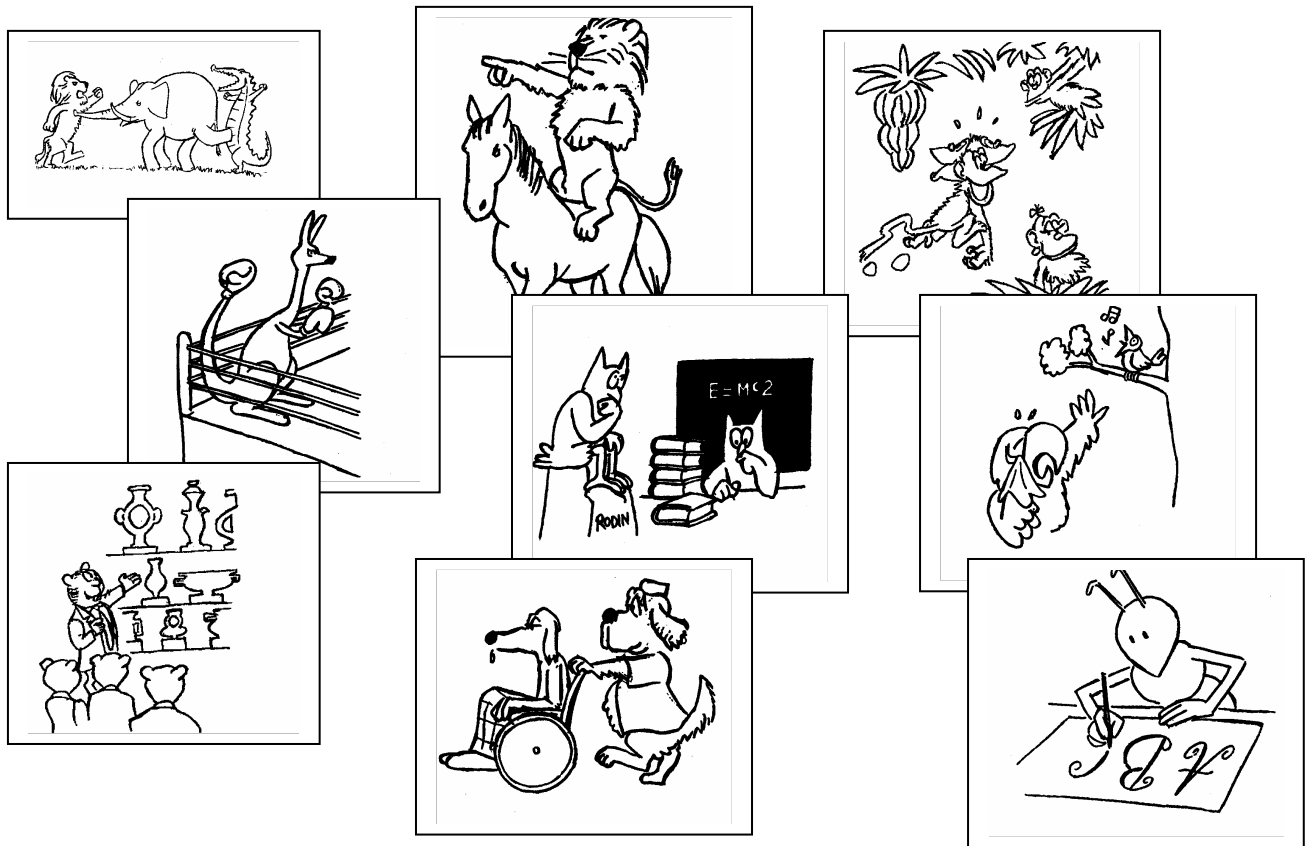
1.
2.
3.
4.

Opdracht 2bis: Lees alle beschrijvingen van jouw type. Onder streep de kenmerken die aan jouw type beantwoorden. Werk d.m.v. uitsluiting. Illustreer met concrete voorbeelden in je logboek.

Opdracht 3: Kruis aan welke aanvulling het best past bij jouw persoonlijkheid.

- Ik ben goed wanneer ik.....
 - rechtvaardig, sterk en superieur ben
 - eerlijk, vlijtig en netjes ben
 - succesvol, bekwaam en doeltreffend ben
 - origineel, gevoelig en kunstzinnig ben
 - optimistisch, vrolijk en aardig ben
 - gelaten, harmonisch en evenwichtig ben
 - liefdevol, onzelfzuchtig en hulpvaardig ben
 - trouw, gehoorzaam en loyaal ben
 - wijs, verstandig en ontvankelijk ben
- Zie mij als iemand die.....
 - anders is
 - tevreden is
 - helpt
 - succes heeft
 - gelukkig is
 - zijn plicht doet
 - gelijk heeft
 - het door heeft
 - sterk is
- Wat ik angstvallig wil vermijden is
 - leegte
 - pijn
 - behoefteigheid
 - falen
 - zwakheid
 - verkeerd gedrag
 - ergernis
 - alledaagsheid
 - conflict

Opdracht 4: In welke afbeelding en in welk dier herken jij jezelf (en jouw persoonlijkheidstype) het best? Waarom? (GROEP)



Opdracht 5: Welke fiche past bij welk type? (GROEP)

Ik houd ervan

- me correct te gedragen,
- op te ruimen,
- gelijk te hebben,
- mijn werk goed te doen, nog beter te worden.

Ik houd niet van

- valsspelers,
- mensen die regels overtreden,
- onrechtvaardige kritiek,
- wanorde.

Ik houd van

- rust, comfort, een langzaam levensritme,
- de natuur, routine, banen met vaste werktijden,
- toegevingen doen, luisteren.

Ik houd er niet van

- stelling te moeten nemen,
- te moeten ruziën,
- nee te zeggen en andermans ongeduld te voelen,
- afscheid te moeten nemen

Ik houd ervan

- raad en bemoediging te geven, te behagen, cadeautjes te geven,
- in het middelpunt van het leven van een groep te staan.

Ik houd er niet van

- nee te zeggen, alleen te zijn,
- niemand te hebben die me nodig heeft,
- te moeten wachten,
- dat mijn trots gekrenkt wordt.

Ik houd ervan

- onrechtvaardigheid op te heffen en zwakken te beschermen,
- recht op mijn doel af te gaan,
- te vechten, een krachtproef te winnen.

Ik houd niet van

- niet consequent te zijn,
- slapheid,
- mensen die behoedzaam te werk gaan.

Ik houd ervan

- winst te maken en te slagen,
- efficiënt, druk, druk, druk en actief te zijn,
- alsmar meer status en prestige te verwerven,
- met anderen te wedijveren,
- geliefd te zijn

Ik houd er niet van

- over gevoelens te praten,
- niets te doen hebben,
- bijeenkomsten bij te wonen die niet vooruitgaan,
- een doel te missen en geduld te moeten oefenen.
- gehaat te worden.

Ik houd van

- afwisseling, avonturen, reizen,
- geintjes, charmeren,
- plannen maken,
- zoveel mogelijk plezier maken.

Ik houd er niet van

- me opgesloten te voelen,
- me met details bezig te houden,
- lang na elkaar hetzelfde te doen,
- verveling, routine,
- bijeenkomsten waar geen einde aan komt,
- dagen waarop niets gebeurt.

Ik houd ervan

- met anderen over mijn zielenroerselen te praten,
- mijn creativiteit te gebruiken in mijn manier van kleden en werken, bij het koken of de inrichting van mijn kamer...
- unieke, hevige en uitzonderlijke ogenblikken te beleven,
- anders te zijn , intens te leven, melancholiek te zijn.

Ik houd niet van

- het banale, de routine, het alledaagse,
- kritiek, gebrek aan respect,
- het letterlijk volgen van de gewone gang van zaken,
- eentonigheid, zich letterlijk aan de regels houden.

Ik houd van

- duidelijke situaties,
- een veilig gevoel,
- loyaliteit, eerlijkheid
- veel tijd om me voor te bereiden, me aan te passen,
- advocaat van de duivel spelen om de oprechtheid van anderen te testen.

Ik houd niet van

- een vage of onberekenbare autoriteit,
- verraad, leugens, verwarrende situaties,
- onverwachte dingen,
- mooipraters, oppervlakkige argumenten,
- iets beginnen zonder te weten waar dit op uitloopt,
- mensen die proberen hun knollen voor citroenen te verkopen

Ik houd ervan

- op mezelf, teruggetrokken, zelfs in stilte te leven,
- te observeren, afstand te nemen,
- kennis op te doen, alles te begrijpen,
- na te denken, achter het waarom van de dingen te komen.

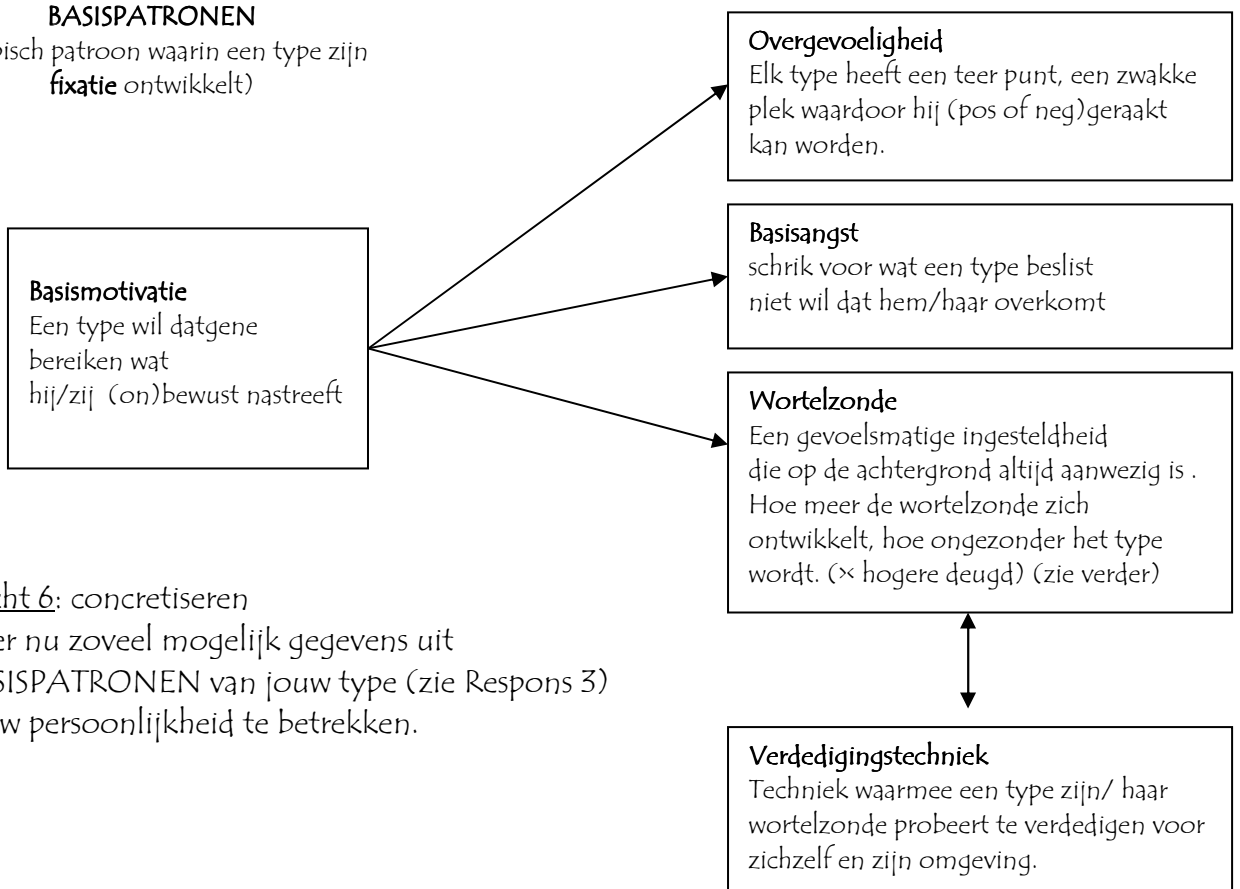
Ik houd niet van

- binnendringers in mijn levensruimte, onverwachte dingen,
- lawaai, gesprekken over het weer,
- vragen over mijn gevoelens,
- koortsachtige beslissingen, uitingen van emoties,
- ijdelheid en oppervlakkigheid.

De negen persoonlijkheidstypes: een aantal definities

Als we met de wereld in aanraking komen, ontwikkelen we **een strategie** om ons te beschermen en ons aan onze omgeving aan te passen. De kans is groot dat we altijd voor dezelfde strategie kiezen. In dat verband spreken we van een **fixatie**. Hieronder worden bij elk persoonlijkheidstype **vijf basispatronen** * beschreven.

BASISPATRONEN
(= typisch patroon waarin een type zijn **fixatie** ontwikkelt)



opdracht 6: concretiseren

Probeer nu zoveel mogelijk gegevens uit de **BASISPATRONEN** van jouw type (zie Respons 3) op jouw persoonlijkheid te betrekken.

* Volledigheidshalve wil ik hier nog vermelden dat het woord '*basispatronen*' eigenlijk veel meer omvat dan bovenstaande termen. In uitvoerige typebeschrijvingen worden ook vermeld: overlevingstechniek, emotionele programmering, de manier waarop de wereld waargenomen wordt, basisaanname, paradox, ideaal zelfbeeld, verleiding, vermindering en mentale preoccupatie. De overlevingstechniek is hier m.i. de meest concrete vertaling van de aangewende strategie - fixatie.

ICT - opdracht: beroemde types (EXTRA)

- Ga na welke verschillende typologieën er in jouw groep aanwezig zijn. Het is de bedoeling dat je straks met elk van die typebeschrijvingen werkt.
de typologieën in onze groep zijn:
.....
- Je krijgt nu typologiebeschrijvingen die iets uitgebreider zijn dan die op de blaadjes. Lees de te behandelen types nog eens grondig door. Voor het eerst wordt nu ook een onderscheid gemaakt tussen gezonde, gemiddelde en ongezonde types.
- Op de volgende pagina vind je een overzicht van beroemde figuren per typologie. Kies er nu per type één uit die je nader wil onderzoeken.
De gekozen bekende figuren zijn:
.....
.....
.....
.....
.....
- De opdracht is tweeledig en luidt als volgt:
 - Maak van de gekozen figuur een korte biografie (ongeveer 20-tal regels). Probeer daarbij zoveel mogelijk te weten te komen over zijn of haar persoonlijkheid. Dit kun je doen door interviews te lezen, hun persoonlijke webstek te bezoeken, recensies te lezen van hun eventuele werk ... De feitelijke gegevens in de biografie mogen zeer kort zijn, het gaat vooral om de 'persoonlijkheid' van de bekende figuur. Welk soort mens is hij of zij dus? Waarschijnlijk zul je in eerste instantie zo veel mogelijk informatie proberen te verzamelen om het daarna te synthetiseren in een samenhangende tekst. Je noemt dit *opdracht 1*.
 - Als dit is gebeurd, probeer je de gevonden informatie te linken aan de typologiebeschrijvingen. Begrijp je dat men die bekende figuur bij die typologie onderbracht en waarom? Illustreer zo goed mogelijk de gevonden overeenkomsten en de eventuele verschillen. Uit je ongenoegen wanneer je vindt dat de typologie er niet bij past en zoek misschien een alternatief. Je noemt dit *opdracht 2*. Houd bij het zoeken naar een biografie best al wat rekening met deze tweede opdracht
- Maak een woordbestandje aan waarin je je werk opslaat.
Vergeet niet de namen van alle groepsleden bovenaan het blad te vermelden.

TYPE 1

Mahatma Gandhi

Al Gore

Harrison Ford

Jeanne d'Arc



TYPE 2

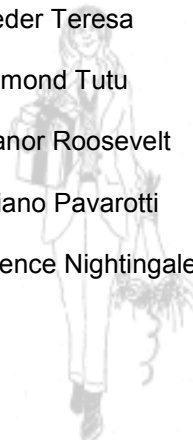
Moeder Teresa

Desmond Tutu

Eleanor Roosevelt

Luciano Pavarotti

Florence Nightingale



TYPE 3

Bill Clinton

Christopher Reeve

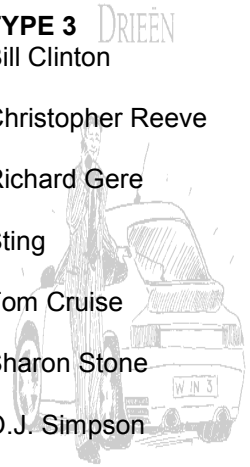
Richard Gere

Sting

Tom Cruise

Sharon Stone

O.J. Simpson



TYPE 4

Jeremy Irons

Ingmar Bergman

J.D. Salinger

Bob Dylan

Michael Jackson

Virginia Woolf

Maria Callas



TYPE 5

Albert Einstein

Friedrich Nietzsche

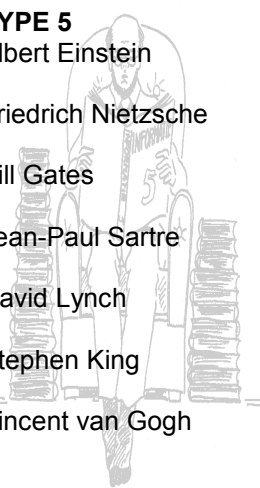
Bill Gates

Jean-Paul Sartre

David Lynch

Stephen King

Vincent van Gogh



TYPE 6

Malcolm X

George Bush

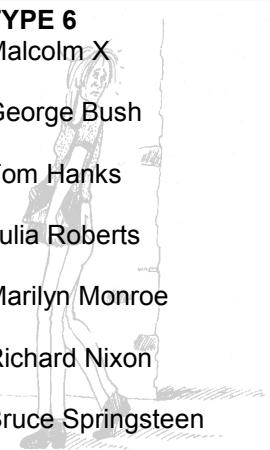
Tom Hanks

Julia Roberts

Marilyn Monroe

Richard Nixon

Bruce Springsteen



TYPE 7

Steven Spielberg

Mozart

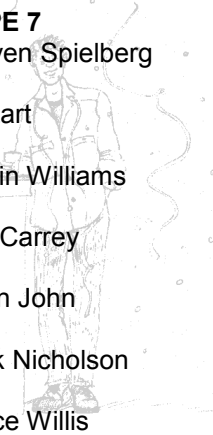
Robin Williams

Jim Carrey

Elton John

Jack Nicholson

Bruce Willis



TYPE 8

Martin Luther King

Pablo Picasso

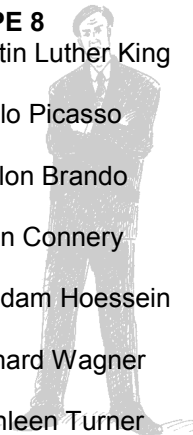
Marlon Brando

Sean Connery

Saddam Hoessein

Richard Wagner

Kathleen Turner



TYPE 9

Ronald Reagan

Walt Disney

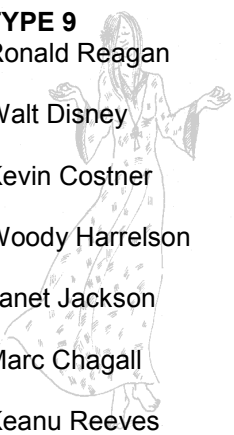
Kevin Costner

Woody Harrelson

Janet Jackson

Marc Chagall

Keanu Reeves



DEEL II: WIE WIL IK WORDEN?

schema 2: Groeien met het enneagram ...

Geen enkel mens kan tot zijn **basispersoonlijkheid** herleid worden. Er zijn op zijn minst **vier andere typen** die een grote rol in zijn leven spelen. 1) Vooreerst heeft elk type **twee vleugels** die links en rechts ervan op de cirkel gelegen zijn. De vleugels kunnen het type dat ertussen ligt sterk beïnvloeden.

Type 6 bijvoorbeeld heeft als vleugels 5 en 7 en kan bijvoorbeeld meer naar 5 neigen.

2) Bovendien gedraagt iedereen zich anders naargelang de levenssituatie waarin hij/zij zich bevindt. Men kan zich **veilig** en **gelukkig** voelen, maar evengoed **angstig** en **onder stress**.

Veilige situaties zorgen ervoor dat mensen groeien, dat hun persoonlijkheid steeds verder ontwikkelt en dat ze steeds meer **gezonde** kenmerken van een bepaald type vertonen. De kenmerken die iemand het meest nodig heeft voor zijn persoonlijke ontwikkeling heten de gezonde kenmerken.

Een type 5 zal in **veilige** situaties heel wat gezonde kenmerken van type 8 vertonen. Een type 5 wordt door een gebrek aan vertrouwen in zichzelf en de omgeving gekenmerkt. Omdat ze steeds met studie bezig zijn, denken ze nooit klaar te zijn de arena van het leven te betreden. Een goede persoonlijke ontwikkeling van een type 5 betekent dus dat zij terug vertrouwen krijgen in hun omgeving. Als gevolg daarvan groeit hun zelfvertrouwen in de trant van een gezonde type acht.

Situaties van angst en stress dwingen ons soms om een 'makkelijke oplossing' te zoeken.

Nogal dikwijls vertonen we dan heel wat **ongezonde** kenmerken van een bepaald type. De kenmerken die iemands het minst nodig heeft voor zijn persoonlijke ontwikkeling heten ongezonde kenmerken.

Een type 5 zal in **angstige** situaties eerder geneigd zijn te vervallen in de ongezonde kenmerken van type 7. Dat is logisch omdat type 7 hem eigenlijk de makkelijkste oplossing biedt. Mensen met basispersoonlijkheid type 5 zijn, zoals gezegd, eerder geneigd zich van hun omgeving af te sluiten en houden zich voortdurend bezig met het verzamelen van informatie. Net zoals mensen uit type 7 gaan vijven zich onledig houden met het opbouwen van een verzameling muziek, boeken, videocassettes, ... Ze stappen van het ene onderwerp over op het andere en willen van alle markten thuis zijn. Ze zullen zich steeds meer afzonderen (wat nochtans niet meteen een eigenschap is van type 7). De angst nooit terdege bevredigd te worden slokt hen uiteindelijk helemaal op. Uiteindelijk worden ze manisch of roekeloos.

Elk type heeft dus ook een **veiligheidstype** en een **angsttype** die hem sterk beïnvloeden.*

*Eigenlijk voorspelt het enneagram dus voor een stuk hoe mensen zich in gegeven omstandigheden zullen gaan gedragen. Het enneagram is m.a.w. een **GROEIMODEL**. Het geeft aan hoe mensen het best evolueren om gelukkige en totale mensen te worden.*

De richting die je als mens beter inslaat (= **integratierichting**) of misschien beter niet inslaat (= **desintegratierichting**), hangt af van je **basispersoonlijkheidstype**. Zowel integratie- als desintegratierichting zijn in het enneagram door verschillende pijlen aangegeven.

Als type 5 zijn persoonlijkheid op een goede manier ontwikkelt, zal het steeds meer gezonde kenmerken van een type 8 integreren. Een type 5 die steeds verder gefixeerd raakt, vertoont steeds meer ongezonde kenmerken van een type 7.

* Let wel: Dit betekent niet dat bijv. onder stress een bepaald type in een ander type verandert. Het neemt enkel typische karaktereigenschappen van een bepaald type over. Iemand die evenwel bijv. lang in angst leeft, kan steeds meer op zijn angsttype gaan lijken.

Extra duiding bij (des)integratierichting ...

Het is niet eenvoudig om voor jezelf uit te maken of je al dan niet integreert of desintegreert. Onderstaande schema's kunnen je evenwel op weg zetten.

<p>veiligheidstype: type 7 *** Een gezonde 1 leert zichzelf en de wereld vertrouwen en in plaats van beheerst en geremd in het leven te staan, zeggen ze er volmondig ja tegen. Ze komen tot de ontdekking dat het leven niet altijd grimmig en ernstig hoeft te zijn.</p>	<p>veiligheidstype: type 4 Een gezonde 2 wordt, net als een vier, emotioneel eerlijk. D.w.z. dat hij zijn motieven onderzoekt. Bovendien zal hun creativiteit nu op een goede manier gekanaliseerd kunnen worden.</p>	<p>veiligheidstype: type 6 Een gezonde 3 heeft eindelijk ingezien dat het niet zijn prestaties zijn die van hem 'iemand' maken. Zij beseffen dat het niet fout is, tekorten en zwakte te laten zien aan anderen. Ze nemen zelfs een stuk de plichtsbewustheid van een 3 over. Zij merken dat de wereld groter is dan hun autonome zelf.</p>
<p>↓ <i>integratierichting</i> TYPE 1 * ↓ <i>desintegratierichting</i></p>	<p>↓ TYPE 2 ↓</p>	<p>↓ TYPE 3 ↓</p>
<p>stresstype: type 4 ** Een ongezonde 1 is wellicht het striktst en houdt zichzelf het strakst in de hand van alle negen persoonlijkheidstypes. Op een bepaald moment is de druk om zichzelf onder de knoet onhoudbaar geworden en gunt de 1 zichzelf 'een speeltijd'. Maar als ze de stap gezet hebben, voelen ze zich schuldig. Ze keren in zichzelf en, net als een 4, fantaseren ze zich een leven zonder verplichtingen.</p>	<p>stresstype: type 8 Een ongezonde 2 wil zich voortdurend onmisbaar maken. Wanneer dit niet lukt, kan net zoals bij 8 een intens verlangen ontstaan om geapprecieerd te worden, om de baas, de leider te zijn. Na een tijd kan dit tot agressie leiden tegen over de omgeving.</p>	<p>stresstype: type 9 Een ongezonde 3 zal alsmaar meer merken dat zijn overdreven prestatiedrang niet altijd het verhoopte resultaat oplevert. Bovendien willen ze echt 'iemand' zijn. Dit leidt onvermijdelijk tot ontgoochelingen. Hun onderliggende zelftwijfel breekt door en ze kunnen opeens, net zoals een negen, gevoelloos of apathisch worden. Door middel van bedrog probeert de 3 de waan van zijn superioriteit te bestendigen. Wanneer die druk te hoog wordt, kunnen ze in een diepe depressie belanden.</p>

*** Gezonde persoonlijkheden vertonen veel makkelijker kenmerken van hun veiligheidstype als ze zich meer en meer uit hun fixatie bevrijden, als hun persoonlijkheid gunstig evolueert.

* In dit schema kun je (zēer)verkort terugvinden waarom het voor jouw type voordelig of nadelig is dat het in een bepaalde richting evolueert. Gezien deze informatie de vrucht is van diepgaand psychologisch onderzoek van alle types, wordt enkel van je verwacht dat je deze schema's kunt gebruiken. Toch kan het heel verhelderend zijn te weten welke richting het met jouw persoonlijkheid(stype) uitgaat.

<p>veiligheidstype: type 1 Een gezonde 4 richt zich niet langer louter op gevoelens en verbeelding, maar richt zich op iets objectiefs in de werkelijkheid. Hij wordt niet langer beheerst door gevoelens, maar laat zich leiden door principes en overtuigingen. Aangezien de bevrediging in de werkelijkheid gebeurt, is een vluchten in een fantasiewereld niet langer nodig.</p>	<p>veiligheidstype: type 8 Een gezonde 5 wordt van het besef doordrongen niet alles te kunnen weten. Bovendien nemen ze nu meer dan genoeg met hun toch aanzienlijke weten en worden daardoor heel wat zelfverzekerder. Net zoals gezonde achten stellen ze nu ook heel wat meer vertrouwen in hun omgeving.</p>	<p>veiligheidstype: type 9 Een gezonde 6 is emotioneel stabiel en beheerst en vindt vrede in zichzelf. Hij overwint zijn neiging tot afhankelijkheid volkomen en ontwikkelt zich tot een autonome en onafhankelijke persoon, op wie anderen zich verlaten. Dit in tegenstelling tot zijn vroegere afhankelijkheid van mensen.</p>
<p style="text-align: center;">↓ TYPE 4 ↓</p>	<p style="text-align: center;">↓ TYPE 5 ↓</p>	<p style="text-align: center;">↓ TYPE 6 ↓</p>
<p>stresstype: type 2 Een ongezonde 4 zal steeds verder zijn fantasiewereld uitbouwen en zich overgeven aan zijn gevoelens. Ze gaan daartoe telkens op zoek naar gesprekpartners om over zichzelf te praten. Ze kunnen eigenlijk nog nauwelijks belangstelling voor anderen opbrengen. Daardoor gaan anderen zich van hen vervreemden. De ongezonde vier zal voortdurend mensen blijven aanklappen, net zoals een ongezonde 2 dat doet.</p>	<p>stresstype: type 7 Een ongezonde 5 zal zijn lust naar kennis blijven voeden. Hij zal zich daartoe steeds meer van zijn omgeving afzonderen. Hij zal door het besef, nooit alles te weten, worden doordrongen en zich storten op een waaier van verschillende mogelijkheden, net zoals een 7 dat doet. Hij zal steeds dieper in een sociaal isolement terechtkomen. Eerst door een cynische houding, daarna effectief door alle contacten te verbreken.</p>	<p>stresstype: type 3 Een ongezonde 6 wordt gekenmerkt door een verregaande vorm van zelftwijfel, sociale onzekerheid en een gebrek aan zelfvertrouwen. Wanneer die onzekerheid nog amper te hanteren is, gaat een ongezonde 6 zich gedragen zoals de omgeving dat van hem verwacht. Net zoals bij een ongezonde drie vervalt hij in een drang zichzelf voortdurend te profileren.</p>

** Ongezonde persoonlijkheden vertonen veel makkelijker kenmerken van hun stresstype als ze dieper in hun fixatie wegzinken, als hun persoonlijkheid ongunstig evolueert.

<p>veiligheidstype: type 5 Een gezonde 7 heeft heel wat vaardigheden ontwikkeld die hij op een geordende manier weet te organiseren. Hij heeft dat voornamelijk kunnen doen door het uiteindelijk maken van keuzes. Daardoor is de 7 zich gaan verdiepen in zijn vele activiteiten. Het heeft er hem toe aangezet een gezonde onderzoek te verrichten naar wat hem gelukkig heeft gemaakt. Het brandpunt van hun aandacht is van zichzelf verschoven naar de wereld om zich heen. Net zoals bij een gezonde vijf dus.</p>	<p>veiligheidstype: type 2 Een gezonde 8 opereert in de richting van het zich openstellen voor anderen in plaats van hen te domineren. Hun uitmuntende leiderscapaciteiten worden nu nog eens bekroond met liefde, empathie en compassie met medemensen.</p>	<p>veiligheidstype: type 3 Een gezonde 9 wordt zelfverzekerd en geïnteresseerd in het maximaal ontwikkelen van zichzelf en hun talenten. Het bewaren van hun rust en vrede als 'opperste gebod' maakt plaats voor het verlangen een beter mens te worden. Waren ze voorheen in feite niet meer dan aanwezig in de wereld, nu ontwikkelen ze zich tot actieve, innerlijke geleide via iemand anders.</p>
<p style="text-align: center;">↓ TYPE 7 ↓</p>	<p style="text-align: center;">↓ TYPE 8 ↓</p>	<p style="text-align: center;">↓ TYPE 9 ↓</p>
<p>stresstype: type 1 Een ongezonde 7 zal zich na verloop van tijd genoodzaakt voelen wat te schrappen in zijn overvolle agenda. Het aanbod aan activiteiten is zo overweldigend groot dat een afslanking zich opdringt. Op zich is dat goed, ware het niet dat dit, net zoals bij een ongezonde 1, verregaande frustraties met zich meebrengt. Stilaan groeit de angst dat zij altijd iets mislopen wat net nog leuker is. Ze raken daardoor nog meer gebrand op verschillende activiteiten. Bovendien willen ze anderen daar ook graag over onderrichten, ook al een typisch kenmerk van een 1. Eigenlijk biedt een 1 de perfecte oplossing, ware het niet dat het gedrag van een ongezonde 1 vanuit een verkeerde motivatie voortvloeit.</p>	<p>stresstype: type 5 Een ongezonde 8 kan op een bepaald moment de zware verantwoordelijkheid niet meer aan. Hij begint eraan te twijfelen of zijn impulsieve reacties wel zo goed gekozen zijn. Hierdoor begint hij net als een 5 zijn acties uit te stellen en zijn plannen eerst goed te doordenken. Toch kan het onderzoek soms zo veel vergen dat de ongezonde 8 overweldigd wordt en niet langer concrete acties onderneemt. Dit laatste is opnieuw een typisch kenmerk van een ongezonde 5. Bovendien zal de ongezonde 8 steeds dominantier en arroganter geworden zijn, waardoor hij naast zijn onbehouden gedrag ook nog een gebrek aan zelfvertrouwen en vertrouwen in zijn omgeving begint te vertonen.</p>	<p>stresstype: type 6 Een ongezonde 9 gaat volledig voorbij aan zichzelf. Ze zetten hun eigen verlangens en oogmerken op een laag pitje teneinde het conflict zo minimaal te houden. Net zoals een ongezonde 6 proberen ze hun omgevingen hun relaties te stabiliseren teneinde hun veiligheid te verhogen.</p>

schema 3 & schema 4: Wortelzonden en hogere deugden

Het enneagram gaat uit van de opvatting dat elk type noch goed noch zwak is op zichzelf. Toch heeft elke **basispersoonlijkheid** een typische zwakke plek (= de **wortelzonde**). Die kan ervoor zorgen dat het type vastloopt in zijn of haar ontwikkeling door steeds in dezelfde fout te hervallen (= de **valkuil**). De **ongezonde** mens loopt dan vast in zijn/haar wortelzonde. Door zich op te richten naar zijn/haar **hogere deugden** kan een mens ontsnappen aan zijn wortelzonden. Hij kan op die manier groeien naar een vrije en **gezonde persoonlijkheid**. Elke type is dus geroepen om te groeien en de desbetreffende kwaliteiten te verwezenlijken. De hogere deugden van een bepaald type vormen de kern van de **ontwikkelingsrichting** van dat type.

Zo is de hogere deugd van type 6, dat als wortelzonde 'angst' heeft, 'geloof'. Type 9 met een neiging tot traagheid (=zelfveronachtzaming) heeft als hogere idee 'liefde' of 'zelfacceptatie'. De passie/wortelzonde van type 3 is 'zelfbedrog' (= rollen spelen); 'Waarachtigheid', 'echtheid', en 'eerlijkheid' zijn de hogere deugden.

opdracht: Lees aandachtig je wortelzonde en breng ze in verband met wat we in het tweede trimester als 'schaaduw' omschreven.

LOGBOEK



DEEL III: HOE BEREIK IK MIJN DOEL?

Een actieplan opstellen ...

STAP 1: WIE BEN IK ?

(HUIDIGE STAAT)

*Maak een duidelijke en **uitgebreide** analyse van jouw (basis)persoonlijkheid. Wat zijn de typische kenmerken van je type die voor jou concreet van toepassing zijn? Formuleer ook welke elementen van je persoonlijkheid je eventueel belemmeren in je persoonlijke groei. Vermeld dus gaandeweg één of meerdere **BELEMMERINGEN** en schrijf die in een andere kleur.*

Bijvoorbeeld: meer aandacht hebben voor anderen, zonder mezelf op de voorgrond te plaatsen

MOGELIJKE BRONNEN:

- Hoofdstuk Enneagram: DEEL I (basispersoonlijkheid, vleugteltypes, (des-)integratierichting, wortelzonde, basispatronen)
- Hoofdstuk Worsteling: (aspecten van je zelfbeeld)
- Logboek: schrijfgesprek wortelzonde, symboolproject, logboekopdracht boom van de persoonlijkheid, droomverslagen, schaduw, logboek algemeen.
- ...

STAP 2: WIE WIL IK WORDEN ?

(GEWENSTE STAAT)

Eens je een goed zicht hebt op je **persoonlijkheid** kun je **concreet** uitschrijven hoe je het best evolueert naar een **gezonde persoonlijkheid**.

- 1) Kies één of meerdere belemmeringen uit bovenstaande tekst en schrijf er telkens naast welk concreet **WERKPUNT** je zou kunnen helpen om aan dit punt van je persoonlijkheid te werken.
Bijvoorbeeld: ik zal, zonder dat iemand mij daar om vraagt, gedurende twee weken de ontbijttafel dekken en afruimen.
- 2) Visualiseer je gewenste staat (Wat zal IK denken, voelen; hoe zal IK handelen / Wat zullen ANDEREN denken, voelen; hoe zullen ANDEREN handelen etc.)

STAP 3: HOE BEREIK IK MIJN DOEL?

Formuleer hieronder je **DOEL**. Doe dit volgens onderstaande vormvoorwaarden.

- 1) Vormvoorwaarden
 - positief geformuleerd (ik zal... i.p.v. ik zal niet...)
 - meetbaar (Hoe zal ik/ander merken dat mijn doel is bereikt?)
 - haalbaar (concreet genoeg?)
 - in eigen handen (Wat kan IKZELF doen.)
 - Duidelijk termijn (Deadline, tegen wanneer?)
- 2) (eventueel) Voorbereiding
 - *Ik ga volgende hulpmiddelen gebruiken ...*
 - *Ik heb behoefte aan kennis over ...*
 - *Ik ga volgende personen observeren ...*
 - *Ik ga volgende artikels en boeken lezen ...*
 - *Ik ga volgende zaken uittesten ...*
 - *Ik ga volgende personen erbij betrekken ...*
 - *Ik ga volgende moeilijkheden ondervinden ...*
 - *Ik zal met de volgende belemmeringen moeten afrekenen ...*
 - ...

BIBLIOGRAFIE

D.R. RISO & R. HUDSON, *Het enneagram basisboek*, Bloemendaal, Uitgeverij J.H. Gottmer, 2000.

K. WEBB, *Licht op het enneagram* (Servire Basisreeks, 10), Utrecht, Kosmos-Z&K Uitgevers B.V., 2001.

B. HOOSE (ed.), *Christian Ethics. An Introduction*, London, Cassell, 1998, 84-95.

A. DEVISCH e.a., *Respons 3*, Kapellen, Pelckmans, 2003.