Enneagram

Wat is het Enneagram?

Het Enneagram is een eeuwenoud model. De naam betekent in het Grieks zowel 'negen punten' als 'beweging'. Men denkt dat het een paar duizend jaar geleden geleden is ontstaan in het Midden-Oosten. Omdat het zo oud is, krijgt het model iets mystieks en mysterieus. Laat je daar niet door weerhouden. Het is namelijk nog steeds een actuele en bruikbare methode om meer inzicht te krijgen in jezelf.

Het Enneagram beschrijft negen verschillende types mensen. Ze onderscheiden zich door patronen in hun denken, voelen en doen. Het Enneagram vertelt je iets over je [soft skills](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/soft-skills), je zwakke en [sterke punten](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/management/medewerkers-ontwikkelen/sterke-punten) en je [drijfveren](https://www.carrieretijger.nl/carriere/zelfonderzoek/carriereswitch/waarden). Het wordt daarom ook vaak door [managers](https://www.carrieretijger.nl/beroep/economie-management/generalistisch/manager/index_html) gebruikt om meer inzicht te krijgen in de mensen aan wie ze [leidinggeven](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/management/leidinggeven/index_html) en om mensen [beter samen te laten werken](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/werken-in-een-team/teamwerk-verbeteren).

De negen types van het Enneagram

Wie zijn ze dan, die negen enneagramtypes? Ze stellen zich alle negen aan je voor. Herken je jezelf of anderen erin?

**1. Perfectionist: wil goed zijn en de dingen verbeteren**

"Je kunt me ook wel een controlfreak noemen. [Ik wil graag dat de dingen perfect zijn](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/perfectionisme) en ben ontzettend kritisch. Ook naar mezelf. Ik heb altijd een stemmetje in mijn hoofd dat zegt dat het beter kan, beter moet! Ik kan slecht omgaan met dingen die niet volmaakt zijn, dan word ik boos. Gelukkig kan ik [mezelf goed beheersen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/zelfbeheersing), want het verliezen van de controle, dat mag natuurlijk niet. Ik erger me vreselijk aan mensen die er met de pet naar gooien."

**Mijn sterke punten**: ik heb veel [discipline](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/discipline), ben betrouwbaar, ordelijk en idealistisch.

**Mijn zwakke punten**: Ik ben vaak te kritisch en veeleisend. Bovendien kan ik stijf, formeel en ongeduldig zijn.

**Ik moet leren**:

* met mijn irritatie en boosheid om te gaan.
* dat fouten maken mag.
* meer contact te hebben met mijn emoties.
* dat er meer manieren zijn dan de enige juiste.

**2. Helper: wil geliefd zijn of worden**

"Ik sta altijd voor iedereen klaar. Dat kan ik ook goed, want [aanvoelen wat mensen nodig hebben](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/empathie) is mijn tweede natuur. Ik heb soms de neiging mezelf weg te cijferen. Ik kan ook moeilijk 'nee' zeggen als iemand wat aan me vraagt. Het is ook zo leuk om wat voor een ander te doen en wat voor iemand te betekenen! De aandacht en de waardering die ik daarvoor krijg, maken me gelukkig. Ik kan slecht tegen leed en ruzie, omdat dan anderen pijn gedaan wordt. Iets voor mezelf vragen is lastig, ik weet vaak slecht wat ik zelf nodig heb en houd er ook niet van om hulp te vragen. Ik geef liever."

**Mijn sterke punten**: ik ben behulpzaam, [sensitief](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/sensitiviteit), goed in het [aanknopen en onderhouden van relaties](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/sociabiliteit), [enthousiast](https://www.carrieretijger.nl/carriere/solliciteren/overtuigen-met-profiel/enthousiasme) en [tactvol](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/tact).

**Mijn zwakke punten**: Ik kan ook bemoeizuchtig zijn en bezitterig. Als je me niet waardeert, word ik klagerig, behoeftig en jaloers.

**Ik moet leren**:

* dat ik zelf ook zelf behoeftes en gevoelens heb.
* mezelf te accepteren, zodat ik minder afhankelijk wordt van de goedkeuring van anderen.
* ook iets voor mezelf te doen zonder me daarbij om een ander te bekommeren.

**3. Succesvolle werker of de presteerder: wil succesvol zijn**

"Ik ben het type dat er echt voor gaat. Het leven is voor mij een wedstrijd die ik wil winnen door de beste te zijn en dingen te bereiken. Ik ben [ambitieus](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/ambitieus) en werk hard om mijn doelen te realiseren. Ik ben echt een [pragmatische](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/pragmatisch) doener: ideeën zet ik meteen om in daden. Snelheid en efficiency zijn daarbij mijn kracht. Ik weet mezelf goed te presenteren, ben zelfverzekerd in mijn optreden. Soms vinden mensen me arrogant. Ik kan er niet zo goed tegen als anderen de boel ophouden en tussen mij en mijn doelen gaan staan. Het idee dat het niet gaat lukken en dat ik faal is mijn grootste angst. Ik zet dan ook alles op alles om dat te voorkomen."

**Mijn sterke punten**: ik ben gedreven, [efficiënt en doelgericht](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/eigen-werk-organiseren/efficient-werken), praktisch, [resultaatgericht](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/resultaatgericht), optimistisch en [besluitvaardig](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/besluitvaardig).

**Mijn zwakke punten**: ik kan egoïstisch en berekenend worden, de gevoelens van anderen negeren en heel ongeduldig zijn.

**Ik moet leren**:

* [samen te werken](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken),
* anderen te vertrouwen.

**4. Romanticus of individualist: wil zichzelf begrijpen en uitdrukken**

"Ik ben een echt gevoelsmens, het leven is voor mij een aaneenschakeling van pieken en dalen. Anderen vinden mij vaak overdramatisch. Het liefst doe ik de dingen [intuïtief](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/intuitie) en op mijn eigen manier, ik ben dan vaak ook een buitenbeentje. Ik houd niet van het gewone, het alledaagse: ik ben gewoon een artiest. Ik heb dan ook een broertje dood aan routineklusjes. Ik houd van diepgang en stijl. Het liefst wil ik dat alles [authentiek](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/authenticiteit) is. In relaties zoek ik naar iemand die mij écht wil kennen."

**Mijn sterke punten**: ik ben origineel, [creatief](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/creativiteit), [authentiek](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/authenticiteit), [gevoelig](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/sensitiviteit) - romantisch zelfs - en [betrokken](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/betrokkenheid).

**Mijn zwakke punten**: ik kan emotioneel uit balans raken, overgevoelig zijn en overdrijven.

**Ik moet leren**:

* bij de feiten te blijven.
* te relativeren en zaken in de juiste proporties te zien.
* [doelen te stellen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/management/leidinggeven/doelen-stellen/index_html).

**5. Observeerder of waarnemer: wil de wereld om zich heen begrijpen en zich competent voelen**

"Ik ben [analytisch](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/rationeel-denken/analyseren) ingesteld en nuchter, ik beredeneer alles logisch. Ik [observeer](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/observeren) en [houd graag emotioneel afstand](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/afstand-bewaren): het gaat tenslotte om de feiten. Ik verzamel veel informatie en kennis en denk veel na. Ik orden zaken, totdat ik ze begrijp en ze in mijn referentiekader passen. Omdat ik er zo op gericht ben dingen te begrijpen, ben ik vaak een echte [specialist](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/ontwikkelen/persoonlijkheidsmodellen/specialist). Uiterlijk vertoon en comfort zijn niet zo belangrijk voor me."

**Mijn sterke punten**: ik ben scherpzinnig en [autonoom](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/autonomie), kan zaken goed beschouwen en blijf bijna altijd kalm.

**Mijn zwakke punten**: Ik kan kil, gierig en emotieloos zijn. Soms kan ik mezelf afsluiten van de buitenwereld en vanuit mijn ivoren toren op de wereld neerkijken.

**Ik moet leren**:

* daadkrachtig te zijn.
* te gaan staan voor de dingen waar ik in geloof.
* te luisteren naar mijn lichaam, [intuïtie](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/intuitie) en gevoelens.
* grenzen te stellen als de hoeveelheid informatie me te veel wordt.

**6.**[**Loyalist**](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/loyaal-aan-organisatie)**: wil zekerheid en veiligheid**

"Ik doe mijn plicht. Ik ben [integer](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/integriteit) en houd me graag aan regels, die zijn er echt niet voor niets. Ik zie alles wat er mogelijk mis kan gaan. De wereld zit tenslotte vol gevaren en niemand is voor honderd procent te vertrouwen. Dat maakt me soms angstig en het zorgt ervoor dat ik lastig [besluiten kan nemen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/besluitvaardig). Ik twijfel veel, vooral aan mezelf. Ik ben erg serieus en heb de neiging dingen te letterlijk te nemen."

**Mijn sterke punten**: ik ben betrouwbaar, [loyaal](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/loyaal-aan-organisatie), [een echte doorzetter](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/doorzettingsvermogen) en heb een groot [verantwoordelijkheidsgevoel](https://www.carrieretijger.nl/carriere/promotie/verantwoordelijkheid).

**Mijn zwakke punten**: ik ben achterdochtig, kan dogmatisch worden en gaan doemdenken. Ik houd ook niet zo van verandering.

**Ik moet leren**:

* te relativeren en wat luchtiger te zijn.
* te geloven in mijn eigen capaciteiten.
* met de stroom mee te durven gaan.

**7. Levensgenieter of optimist: wil blij, gelukkig en tevreden zijn**

"Het leven is een feestje, maar je moet wel zelf de slingers ophangen. Dat doe ik dan ook met hart en ziel! Ik geniet graag van de mooie dingen van het leven. Pijn vermijd ik liever, door naar de zonnige kant te kijken. Als een ander in de put zit, ben ik degene die hem opvrolijkt. Ik ben nou eenmaal een rasoptimist, waarom zou je dingen zo zwaar maken? De wereld is vol mogelijkheden: ik heb een [open mind](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/open-minded) en ben altijd op zoek naar iets nieuws, iets leukers iets spannenders. Plannen maken voor de toekomst is mijn lust en mijn leven, daardoor kom ik vaak niet zo tot daden."

**Mijn sterke punten**: ik ben spontaan en charmant, optimistisch, sprankelend en speels.

**Mijn zwakke punten**: ik kan oppervlakkig zijn, impulsief, onverantwoordelijk, narcistisch en mezelf verliezen in onrealistische dromen.

**Ik moet leren**:

* mijn enthousiasme wat te temperen.
* meer betrokken te zijn bij anderen.
* mijn plannen ook uit te voeren.
* wat nuchterder te zijn.

**8. Baas of leider: wil zichzelf beschermen door sterk en vol**[**zelfvertrouwen**](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/zelfvertrouwen)**te zijn**

"Ik ben voor niets en niemand bang. Ik ga graag de strijd aan, met name om de [macht](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/macht). Eigenlijk [ben ik het liefst de baas](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/management). Ik neem het niet zo nauw met regels en wetten, dat bepaal ik zelf wel! Ik kan het dan ook lastig accepteren als een ander sterker is dan ik. Ik ben soms wat zwart-wit ingesteld: iets is goed óf fout. Zo ga ik recht op mijn doelen af. Ik reageer instinctief: ik kan ineens heel erg boos worden en uit dat dan ook. Gelukkig ben ik het dan ook snel weer kwijt. In mijn manier van spreken doet mijn hele lichaam mee. Anderen vinden mij soms overweldigend en hebben het gevoel dat ze geen ruimte van me krijgen."

**Mijn sterke punten**: ik ben krachtig, rechtvaardig, beschermend, grootmoedig en [zelfstandig](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/zelfstandig).

**Mijn zwakke punten**: ik kan intimiderend, egocentrisch en bot zijn. Soms ben ik ronduit wraakzuchtig.

**Ik moet leren**:

* [socialer, warmer en menselijker](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen) te worden.
* meer [open te staan voor anderen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/open-minded).
* zorgzamer te zijn.

**9. Bemiddelaar: wil in eenheid en harmonie met anderen leven**

"Ik bekijk de dingen graag van alle kanten. Laat iedereen zijn gang maar gaan. Ik ben niet van de conflicten, die ga ik uit de weg. Ik bewaar liever de vrede. Omdat ik van alles de voor- en nadelen kan zien, neem ik moeilijk [besluiten](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/besluitvaardig). Wel ben ik goed in [onderhandelen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/communiceren/mondeling/modellen/onderhandeling), omdat ik ook de belangen van de ander in het oog houd. Druk zijn en haasten, daar houd ik niet van. Ik kom lastig op gang. Maar als ik eenmaal op stoom ben, zet ik echt wel door. Ik heb een bloedhekel aan onechtheid en opgeblazen ego´s. Ik heb de neiging soms wat cynisch te worden. "

**Mijn sterke punten**: ik ben [diplomatiek](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/samenwerken/sociale-eigenschappen/tact), kan goed [onderhandelen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/communiceren/mondeling/modellen/onderhandeling), ben [bescheiden](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/bescheiden), [kan me aanpassen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-eigenschappen/aanpassingsvermogen) en ben harmonieus.

**Mijn zwakke punten**: ik ben soms saai, snel afgeleid, vergeetachtig en besluiteloos.

**Ik moet leren**:

* zelf een positie in te nemen en daarnaar te handelen.
* [prioriteiten te stellen](https://www.carrieretijger.nl/functioneren/professionele-vaardigheden/eigen-werk-organiseren/prioriteiten-stellen) en keuzes te maken.