



Vogelaar T&C

DE EEN EN DE EEN

Een (echt)paar van twee Perfectionisten

Een (echt)paar van twee Enen zal streven naar een perfecte levensstijl. Goed eten, goede gezondheid en de juiste manier om de kinderen op te voeden. Dit (echt)paar sticht hun gezin vaak binnen een praktisch raamwerk waarbij de nadruk ligt op verantwoordelijkheidsgevoel en trots over successen die verdiend zijn. De beide partners zijn met elkaar verbonden door bezigheden. In deze samenwerking wordt goed functioneren meer gewaardeerd dan voelen. Tedere gevoelens worden gemakkelijk verdoofd door hard werken. "Ik heb geen tijd voor een knuffel. Er is veel te doen. Ik zie je straks." De liefde voor elkaar wordt even vaak getoond via inspanningen als via het uiten van gevoelens.

Een (echt)paar van twee Enen begrijpt elkaars kritische opmerkingen. Hoewel ze elkaar erg hard kunnen vallen, begrijpen ze dat kritisch zijn tegen iemand van wie ze houden een manier is om hun investering in de relatie duidelijk te maken. Voor Enen moeten degenen om wie ze geven zo perfect mogelijk zijn. Als Enen zich veilig genoeg voelen om openlijk kritisch te durven zijn, is dat een teken van vertrouwen. Als hun wrok zich opstapelt, is dat een teken van wantrouwen. Een ruzie van een (echt)paar van twee Enen ontstaat langzaam. Uiteindelijk is er een korte, explosieve strijd, waarna een lange periode van afstand volgt. Als er daarna vergeving plaatsvindt, volgt er geleidelijk aan weer een hereniging.

Openlijke woede over zakelijke onderwerpen, zoals buurtpolitiek of het beschermen van de walvissen, geeft ook de mogelijkheid stoom af te blazen over meer persoonlijke zaken. Een 'gezonde' ruzie brengt dit (echt)paar tot leven. Als woede eenmaal in de relatie wordt toegelaten, lost het knelpunt dat door het afknijpen van negatieve gevoelens ontstaan is vanzelf op. Voor Enen is het loslaten van spanning tijdens een 'gezonde' ruzie aangenaam. Ze denken: "We hebben ruzie gemaakt; alles wat we niet durfden te zeggen hebben we tegen elkaar uitgesproken; we houden nog steeds van elkaar, en we leven nog." Twee Enen die een langdurige relatie met elkaar hebben zeggen dat de diepte van hun intimiteit bepaald wordt door het feit dat ze ruzie met elkaar kunnen maken. Ze zeggen dat het durven tonen van hun woede een teken van wederzijds vertrouwen is.

Als Enen betrokken raken in bezigheden buitenshuis die veel tijd vragen, ontstaan er moeilijkheden. Ieder van hen ziet zijn of haar project als prioriteit en zal minder energie in de relatie steken. Karweitjes opknappen, het huishouden draaiende houden en de zorg voor de kinderen kunnen dan aanleiding voor problemen worden. De partners geven elkaar de schuld van het gebrek aan organisatie. "Jij had boodschappen moeten doen. Het was jouw beurt. Het is niet eerlijk." Voor een toegewijde werker kan niets irritanter zijn dan het moeten nakomen van onverwachte plichten. Enen zijn dwangmatig ten opzichte van karweitjes. Ze voelen zich constant onder tijdsdruk staan. Als het werk verdeeld wordt in duidelijke taken zal de druk verminderen. Enen functioneren goed bij een schema van huishoudelijke bezigheden. Zo'n schema sluit aan bij hun fundamentele behoefte aan een eerlijke, juiste werkverdeling.

Het feest zal uitgesteld worden

Een (echt)paar van twee Enen:

Dit jaar hebben we allebei ons proefschrift afgemaakt terwijl we een overvol weekprogramma hadden; we voeden samen een kind op van drie jaar oud. We konden onze studie betalen door een oud huis te kopen en het zelf op te knappen. Ik werk nog steeds aan de elektriciteit van het huis. We leven veel buiten in de tuin, die ook nog opgeknapt moet worden. Vorige week stelde mijn vrouw

voor een verjaardagspartijtje voor onze zoon te geven. Maar ze vond dat we eerst meubilair moesten aanschaffen, want bepaalde ouders die komen willen niet op kussens op de grond zitten.

We kunnen echter geen meubilair aanschaffen voordat ik binnen de sierlijsten heb aangebracht, en de bouwplaten zitten ook nog voor de ramen. Een nieuwe bank in een onafgemaakte woonkamer? Het zou mijn eer te na zijn een partijtje te geven in een huis waar de bouwplaten nog voor de ramen getimmerd zijn. Dus plaatste ik gedurende een paar dagen na het eten de sierlijsten, en deed ik ook nog het tegelwerk rond de kachel, dat niet goed gedaan was. Ik heb nu alweer een week 'dag en nacht' gewerkt. Mijn vrouwen ik verdiepen ons zo in het opknappen van het huis en de tuin en in de verzorging van onze zoon, dat we elkaar alleen in het voorbijgaan zien.

Twee Enen die een (echt)paar vormen vragen zich allebei af: "Wie van ons is beter?" De neiging van Enen om zich met hun partner te vergelijken stamt uit hun kindertijd. Ze hebben vroeger geleerd dat ze liefde konden verdienen door zich perfect te gedragen. Hun achterliggende gedachten zijn: "Je zult tegen mij opkijken als ik beter ben dan jij" of: "Ben ik goed genoeg om van te houden?" Vooral jonge echtparen van twee Enen zijn sterk erop gericht zich met elkaar te vergelijken. Het lijkt erop dat ze onderling concurreren. Als ze echter langer met elkaar omgaan leren ze inzien dat het onderling vergelijken een teken is dat ze zich niet veilig voelen in de relatie. "Jij eerst!" is een ander signaal van onveiligheid. Het betekent: "Ik ben bang het initiatief te nemen om te veranderen." De beide partners van het type Een bekritisieren elkaar over het feit dat de relatie niet verbetert. "Jij eerst" of "Waarom zou ik moeten als jij niet meedoet?" is voor hen een manier om terug te treden. Het betekent eigenlijk: "Ik ben bang een fout te maken." Vreemd genoeg kan: "Jij eerst" ook een verborgen compliment zijn. Het betekent dan: "Ik ben bang om in jouw ogen te falen, omdat ik pas de moeite waard ben om van te houden als ik perfect ben."

De Een en de Een als collega's op het werk

Op het werk zoeken Enen elkaar vaak uit. Ze zeggen dat het een opluchting is om iemand te vinden die ook gericht is op kwaliteit. Eindelijk iemand anders die veel verantwoordelijkheid op zijn schouders neemt! Enen zeggen ook dat het plezierig is wederzijdse bevindingen te vergelijken met mensen die kritisch zijn. Het nadeel van een dubbel-Een koppel is dat ze een samenwerkingsverband van superioriteit creëren. Een koppel van twee Enen vormt een kleine, exclusieve club, die zichzelf hoog houdt door anderen klein te houden. De positieve kant van een dubbel-Een koppel is dat ze dezelfde opvattingen hebben. Ze vinden het goed om hard te werken. Ze vinden dat promotie verdiend moet worden, en ze houden van een professionele aanpak. Goed vakmanschap is een kenmerk van Perfectionisten.

Enen gaan ervan uit dat ze zullen opklimmen in een hiërarchie waar ze vertrouwen in hebben, maar controle speelt bij het dubbel-Een koppel een belangrijke rol. De manager van het type Een doet wat juist is voor de zaak, en de werknemer van het type Een doet wat er van hem of haar verlangd wordt. Managers van het type Een kunnen bijvoorbeeld beslissingen nemen over bezuinigingen die gunstig zijn voor het bedrijf, maar die ten koste gaan van de werknemers. Ze kunnen salarisverhoging afhankelijk maken van onzekere factoren als het continu leveren van goede prestaties; en de manager is dan degene die bepaalt wat goed is.

Managers van het type Een vinden dat ze juist handelen en werknemers van het type Een vinden dat ook van zichzelf. Als Perfectionisten het idee hebben dat ze gebruikt worden voor het voordeel van iemand anders, trekken ze zich terug in een ijzige stilte ronder nog productief te zijn. Ze doen niet meer werk dan ze verplicht zijn te doen. Ze verbruiken geen

druppel extra energie en geen seconde extra tijd. Deze afstandelijke houding is een manier van strijd leveren die typerend is voor Enen. Zowel de manager als de werknemer van het type Een wacht tot de ander de stilte met woede doorbreekt. Ze houden elkaar in de gaten in de hoop een fout te ontdekken.

Deze polarisatie kan doorbroken worden als ze uit elkaar gehaald worden onder dat een van hen gezichtsverlies lijdt, en als ze beiden beloond worden voor hun inspanningen. Voor wat betreft het controleren van details spelen twee Enen onder één hoedje. Kleinigheden worden opgeblazen tot grote obstakels. Adequaat werk voldoet niet als het niet 'juist' is. Omdat beide Enen alle relevante punten van een situatie zien, kunnen ze moeilijk beslissingen nemen en met een oplossing komen. Brede oplossingen geven een te grote kans op fouten, en dit maakt Enen erg voorzichtig. In plaats van een experimentele weg te bewandelen, zijn managers van het type Een geneigd oplossingen die in het verleden werkten te herhalen. Ze volgen de raad van betrouwbare buitenstaanders graag op. Enen zijn bang om te falen. Als een beslissing tot onzekerheden leidt, kunnen werknemers van het type Een dichtslaan. Enen houden van duidelijke procedures. Ze willen weten wat ze moeten doen in noodsituaties. Ze willen dan weten 'wie, wat, wanneer en hoe'.