

Op basis van de uitkomst van deze test kunnen we concluderen dat je een type 3 hebt. Naast de 3 zitten de vleugeltypen 2 en 4. Dat betekent dat je in de basis een type 3 bent maar dat je wel wordt beïnvloed door één van deze twee vleugels.

### **Algemene omschrijving**

Het beste zijn in wat ik doe is een sterke motivatiefactor voor me en ik heb door de jaren veel erkenning gekregen voor mijn prestaties. Ik krijg veel gedaan en ik ben succesvol in bijna alles wat ik aanpak. Ik identificeer me sterk met wat ik doe, want op grotere schaal denk ik dat je waarde is gebaseerd op wat je presteert en de erkenning die je krijgt. Ik heb altijd meer te doen dan past binnen de tijd die ik beschikbaar heb, daarom zet ik vaak gevoelens en zelfreflectie opzij om alles voor elkaar te krijgen. Er is altijd wel iets te doen, ik vind het moeilijk om maar gewoon te gaan zitten nietsdoen. Ik word ongeduldig met mensen die mijn tijd niet goed gebruiken.

Soms zou ik het liefst een project van iemand willen overnemen als diegene te langzaam werkt. Ik hou ervan om me bij iedere situatie aan de top te voelen staan. Ik hou ervan om te concurreren, maar ik ben ook een goede teamspeler. De basisangst van de 2 is dat hij niet voldoende aandacht en waardering zal krijgen. De 2 heeft de overtuiging dat hij eerst zelf zal moeten geven, voordat hij zal ontvangen. Zijn basisverlangen is om bemind te worden.

### **De basisangst**

De basisangst van de 3 is dat hij zal falen. Om dit te voorkomen is hij gericht op succes en het uiterlijk vertoon hiervan. Deze gerichtheid noemen we ook wel fixatie en is voor de drie 'ijdelheid'. De drie hoort bij uitstek tot de imagotypen en alles in het leven van de drie draait om de vraag "Hoe kom ik over". De drie wil daarbij natuurlijk succesvol of geslaagd over komen. Wat succesvol of geslaagd is hangt een beetje van de omgeving af. Wat dat betreft is de 3 een echt kameleon die zich perfect weet aan te passen aan de geldende eisen. Daarom is de 3 ook vaak succesvol. Hij heeft een neus voor succes.

### **Het afweermechanisme**

Het gevolg is dat de wereld van de drie is gebouwd op (zelf)bedrog. De passie van de 3 is dan ook misleiding. Met 'passie' wordt in deze zin bedoeld, 'dat waar je van nature toe geneigd bent'.

De drie is er van nature toe geneigd te voldoen aan het ideaalbeeld wat ze voor zichzelf en voor de buitenwereld scheppen. Alles wat daar niet aan voldoet bestaat voor de 3 niet en daar zit de misleiding in. Want natuurlijk faalt de 3 ook wel eens en voldoet de 3 heus niet in alles aan het ideaal. Dit geheel wordt echter gemaskeerd door een sterke identificatie met het beeld wat de 3 neer zet. De 3 is zijn succes, de 3 is dat wat hij doet of wat hij bereikt heeft.

Alles samen kunnen we de 3 kenmerken als een succesvolle en harde werker die zich als geen ander perfect weet aan te passen aan de geldende eisen..

### **De varianten**

Bijna niemand is een zuiver Enneatype. In je gedrag word je ook beïnvloed door je vleugeltype, een naastliggend type waarvan je ook trekjes hebt. Er zijn in principe 2 vleugels, maar één daarvan is dominant waarover verderop meer.

Vervolgens zit er een dynamiek in het Enneagram, dat wil zeggen dat je op verschillende manieren veranderlijk bent in je gedrag. Zo kennen we een stresspunt en een prestatiepunt.

- Als je op je gemak bent, in goede doen, gaat je gedrag in positieve zin lijken op het Enneatype van je prestatiepunt.
- Als je gestrest bent, of getergd, neem je de negatieve eigenschappen van het Enneatype van je stresspunt aan. "Acting out" wordt dat genoemd. Als je normale verdedigingsstrategie niet meer werkt, heb je als het ware nog een extra tactiek die je kunt toepassen.

Het gedrag behorend bij het stresspunt of prestatiepunt kan direct worden opgepakt en er kan dus snel heen en weer geschakeld worden. Het zijn stemmingswisselingen die je kunt ervaren.

### **Groeirichting van de 3**

Type 3 zal in zijn goede doen zoals een gezonde 6 ook doelen die het eigenbelang te boven gaan nastreven. De 3 is zeer toegewijd tot de taak en werkt optimaal met anderen samen om tot een resultaat te komen wat voor iedereen bevredigend is. De bevrediging wordt nu meer gehaald uit het resultaat en de werkelijke baten daarvan. Het persoonlijke resultaat en het ego van de 3 raakt hierdoor meer op de achtergrond.

### **De 3 onder stress**

Onder stress pakt de 3 het ongezonde gedrag van type 9 op. Door de aard en werkwijze is de 3 nogal geneigd tot stress. De 3 is een harde werker en het is eigenlijk nooit genoeg en de 3 neemt daarom nogal eens te veel hooi op zijn vork. Bovendien is een 3 geneigd niet zijn eigen diepere wensen te respecteren, maar die van zijn omgeving. Op de lange duur wreekt dit zich en als de omstandigheden minder worden vloeit de interesse dan toch weg. De 3 krijgt een gelaten houding en kan zich verliezen in nutteloze tijdsbestedingen. De bevlogenheid van de 3 verandert in gelatenheid.

Als deze situatie langer duurt daalt de 3 af naar een lager gezondheidsniveau waarbij hij te maken krijgt met de ongezonde aspecten van dit type.

## De gezondheidsniveaus

Riso & Hudson spreken vervolgens nog van de gezondheidsniveaus. Dit is meer een lange termijn ontwikkeling en dus niet iets waar je snel in wisselt. Het zijn ontwikkelingsniveaus afhankelijk van je psychische gezondheid, je welbevinden en je geestelijke ontwikkeling. Ieder type kent goede en slechte eigenschappen.

Over het algemeen gaan de slechte eigenschappen meer overheersen als je psychisch ongezond bent en de goede eigenschappen overheersen meer als je zeer ontwikkeld en in dat opzicht gezond bent.

“Ongezond” in deze zin heeft niets met je lichamelijke of fysieke gezondheid te maken, nog is het iets wat als verwijtbaar kan worden gezien. Je kunt je misschien voorstellen dat iemand die in zijn opvoeding is mishandeld of iemand wiens kwaliteiten altijd zijn genegeerd door zijn omgeving, zich op een andere manier ontwikkelt (ongezond) als iemand die altijd is gestimuleerd en onder optimaal omstandigheden is opgegroeid.

Voor type 3 kunnen we daarover kort het volgende zeggen:

- Een gezonde 3 is energiek, zelfverzekerd, charmerend, aantrekkelijk, populair, ambitieus, een positief voorbeeld voor anderen, ondernemend, doelgericht, persistent, ijverig, liefdadig, welwillend en heeft gevoel voor humor.
- De gemiddelde 3 is een winnaar, vergelijkend met anderen, imagobewust en – gedreven, pragmatisch en efficiënt, opportunistisch, verliest contact met zijn eigen gevoelens, heeft een façade en kent problemen met intimiteit.
- Een ongezonde 3 is principeloos en begerig, het doel heiligt de middelen, liegend en bedriegend, afgunstig, kan wraakzuchtig en vijandig zijn, heeft een psychopathische tendens en is bang voor mislukking en vernedering.

## De invloed van de vleugeltypen

### De 3 met de 2 vleugel (3v2):

In de basis blijft een 3 altijd een 3, maar daarbij is hij net zoals de 2 gericht op de behoeften van anderen. De 3 voelt zich succesvol als de ander zijn niet aflatende drang om de ander te behagen weet te waarderen. Drieën zullen hun partner overladen met cadeaus en liefde, als tegenprestatie verlangt hij slechts bewondering en dankbaarheid. Want dat blijft toch wel het streven dat anderen de 3 zullen bevestigen in hun dadendrang en hun succes. Optimisme en charme horen bij dit subtype. Ze zullen dan ook veel voor elkaar krijgen bij de ander.

Wouter Bos en Tony Blair zijn bij uitstek voorbeelden van dit subtype. Succesvol maar wel sociaal bewogen, met oog voor de familie. Veelal zullen deze types ook een type 2 als moeder hebben. Een enorm aanpassingsvermogen hoort ook bij dit subtype. Als een bepaalde houding of gedrag niet afdoende is om de ander te beroeren, kan de 3v2 wel eens een ander masker opzetten. Ook bestaat de neiging om ideeën van anderen te adopteren als eigen ideeën.

Volgens onze nieuwe inzichten lijken de vleugeltypes wat gedrag betreft heel erg op het tegenoverliggende type in het Enneagram. Voor de 3 met de 2 vleugel is dit Enneatype 7. Hoe sterker de vleugel is ontwikkeld des te meer zal je het gedrag van een 7 herkenbaar zijn. Net als de 7 is de 3v2 heel sociaal en is in voor gezelligheid. Des te meer mensen in je nabijheid hoe beter het is. De hele dag druk om het netwerk te onderhouden. Dit is het type wat vergroeid lijkt te zijn met het mobieltje. Met veel interesse voor de medemens.

Waar de echte 7 nogal laks in de contacten kan zijn weet de 2v3 alle contacten te onderhouden. Veel vrienden en zakenrelaties geven ook status. Net als de 7 is de 3v2 gek op de laatste gadgets en doet ook mee aan de laatste en nieuwste hype. Het verschil is ook hier weer dat de 3v2 zich ook echt verdiept in het nieuwe speeltje en het niet gelijk in een hoek slingert.

### **De Charmeur**

Gezond: Mensen van dit subtype zijn emotioneler en spontaner dan het andere subtype. Hun extraverte, levendige inslag kan op die van de Zeven lijken. Ze kunnen vriendelijk, behulpzaam en vrijgevig zijn zoals Tweeën, terwijl ze als Drie hun zelfvertrouwen en zelfachting bewaren en sterk gericht zijn op persoonlijk presteren. Ze verlangen ernaar bemind te worden en voelen een drang tot nabijheid met anderen, maar soms wisselen ze het leiden van een openbaar leven en de erkenning die ze daarin verwerven in voor een meer bevredigend en stabiel privéleven.

Gemiddeld: In dit bereik proberen mensen van dit subtype alle eigenschappen te onderdrukken die afbreuk zouden kunnen doen aan hun begerenswaardigheid, daar ze menen dat hun waarde staat of valt met hun vermogen om anderen aan te trekken of zelfs te doen duizelen. Ze willen, kortom, dat anderen hen mogen en bewonderen. Ze weten feilloos hoe ze zich moeten presenteren om indruk te maken en raken daar vaak mee gepreoccupeerd. Hun gedrag kan iets glads en gemaakts hebben, wat hun streven naar populariteit en geloofwaardigheid vaak juist eerder ondermijnt. In dit bereik zijn Drieën met een Twee-vleugel dikwijls uiterst prestatiegericht, zij het meestal heimelijk. Teneinde in hun sociale relaties en intieme situaties bevredigende resultaten te behalen kunnen ze verschillende 'maskers' opzetten, al naar gelang de situatie vereist.

### **De 3 met de 4 vleugel (3v4):**

In de basis blijft een 3 altijd een 3, maar daarbij kan een 3v4 net zoals de 4 nogal wispelturig zijn. Aan de ene kant vol zelfvertrouwen, om vervolgens vol zelfkritiek te zijn. Zonder dit aan de buitenwereld te laten merken overigens. De enige manier om dit te ontdekken is dat de 3v4 zich dan wat meer terug trekt.

De 3v4 is toch al meer bezig met zijn loopbaan, ze identificeren zich vaak met hun werk en hun successen daarin. Je krijgt zelden iets te zien van de ware mens achter het succes. John de Mol lijkt ons een duidelijk voorbeeld van dit subtype. Arrogant, succesvol en zelfs een beetje verlegen teruggetrokken. Ze komen ook zeer professioneel over en vertellen

graag over hun werk, weten daar ook alles van. Ze munten uit in hun bezigheden, of dit nu sport is of een carrière.

Volgens onze nieuwe inzichten lijken de vleugeltypes wat gedrag betreft heel erg op het tegenoverliggende type in het Enneagram. Voor de 3 met de 4 vleugel is dit Enneatype 8. Hoe sterker de vleugel is ontwikkeld des te meer zal het gedrag van een 8 herkenbaar zijn. Dit zijn de ondernemers die met een duidelijk doel voor ogen hun visie neerzetten. Anders dan bij de 8 zal de 3 echter wel degelijk rekening houden met de omgevingsfactoren.

Eenmaal de succesformule uitgedacht gaat de 3v4 er als een ware 8 tegenaan om de formule uit te rollen. Hij laat zich dan ook door niets en niemand meer van de wijs brengen. Het moge duidelijk zijn dat de 4 invloed er ook voor zorgt dat het wel een eigen product of dienst is, anders dan bij de 4 komt het ook nog eens tot een resultaat. De 3v4 is net als de 8 zeer goed in staat mensen aan zich te binden en het werk te delegeren. Het succes straalt echter wel neer op de 3v4.

### **De Professional**

Gezond: Voor personen van dit subtype is zelfachting veeleer een resultante van hun werk en het succes in hun carrière dan van persoonlijke eigenschappen. Ze willen dat hun werk voortreffelijk is en hooggeschat wordt en steken vaak veel energie in hun loopbaan. Ze scheppen plezier in welk beroep of vak ze ook gekozen hebben en zijn bereid grote persoonlijke offers te brengen met als doel hun beroepsintegriteit te bewaren. Naast diplomatiek en innemend zijn ze doorgaans serieus en taak georiënteerd, waarmee ze op type Een kunnen lijken.

Gemiddeld: In dit bereik gaat bij mensen van dit subtype een sterke ambitie gepaard aan zelf twijfel, wat onvermijdelijk grote druk veroorzaakt. Hun drang naar perfectie komt overeen met die van Enen; in dit geval streven ze er evenwel naar volmaakt te zijn teneinde te vermijden dat ze afgewezen of beschamend als minderwaardig afgedaan worden. Ze hebben het gevoel alsof ze bij alles wat ze ondernemen hun totale eigenwaarde op het spel zetten. Ze wekken vaak de indruk competent te zijn en zelfvertrouwen te bezitten, maar kunnen sociaal tamelijk gesloten zijn (wat in tegenstelling staat tot de meer extraverte en innemende expressies van het andere subtype). Ze kunnen zich daarnaast pretentius en arrogant gedragen. Doordat daar een zekere mengeling van zelfbewustzijn en zelfverachting bijkomt, is het vaak moeilijk om vat te krijgen op Drieën met een Vier-vleugel, temeer omdat ze, met al hun innerlijke tegenstellingen, soms overhoopliggen met zichzelf.

### **Ontwikkelpad van de 3:**

Vanaf onze geboorte hebben we een standaard verdedigingspatroon aangeleerd. Een standaard repertoire van overtuigingen en reactiepatronen, wat eens functioneel was maar nu niet meer. Blijven we vastzitten in dit standaard patroon dan zal dat wat het oplevert

hetzelfde blijven of zich versterken. Als men hiermee tevreden is, dan is er in principe niets aan de hand, maar vaak loopt men op een gegeven moment tegen bepaalde problemen op die zich ook lijken te herhalen. Als men niet meer tevreden is met het huidige, dan is het punt gekomen om zich te ontwikkelen. De wikkel van het Enneatype kan worden afgeworpen, zoals een slang vervelt om te kunnen groeien.

Een belangrijke voorwaarde voor ontwikkeling is bewustzijn. Bewustzijn van de eigen ego structuur en de paradox die hierin schuilt. Voor de 3 is dit het besef dat hij niet gewaardeerd wordt om het beeld wat hij neer zet. Uiteindelijk bereikt hij dus nooit wat hij werkelijk wilt bereiken, namelijk gewaardeerd worden om wie hij werkelijk is. Voor de 3 zijn er een aantal aandachtspunten om zich te ontwikkelen.

Neem de rust om naar je gevoel te luisteren.

- Realiseer dat mensen niet om je geven vanwege je werk maar om wie je werkelijk bent.
- Accepteer wat er is en wees daar tevreden mee.
- Wees alert hoe je jezelf 'presenteert'. Imago of authentiek?
- Let goed op signalen van stress. (Lichamelijk, emotioneel)
- Leer rustmomenten in te bouwen en doe eens niets.
- Zoek vertrouwenspersonen en praat eens over je kwetsbaarheden.
- Doe eens iets creatiefs
- Mediteer

Ontwikkelen is net als zwemmen, je kunt het niet leren met een schriftelijke cursus. Deze test en de bijbehorende uitwerking dient wat ons betreft als bewustmaking en een eerste aanzet. Om echt te ontwikkelen zul je dit in het dagelijks leven moeten toepassen. Hoewel het een kwestie is van "gewoon doen" realiseren we ook dat dit niet altijd gemakkelijk is.

### **Kernkwaliteiten en de 3:**

Als we werken met kernkwaliteiten kunnen we voor de 3 gemakkelijk de kernkwaliteiten vaststellen. Volgens de theorie van de kernkwaliteiten kunnen we vervolgens de valkuil, de allergie en de uitdaging bepalen.

Kernkwaliteit: Een kwaliteit die je van nature bezit

Valkuil: Het sterk identificeren met je kwaliteit leidt tot je valkuil. Te veel van het goede.

Allergie: Vervormde kwaliteiten (valkuilen) van anderen waar je slecht mee om kunt gaan.

Uitdaging: Door deze kwaliteit te ontwikkelen word je evenwichtiger

<b>Kernkwaliteiten</b>	<b>Valkuil</b>	<b>Allergie</b>	<b>Uitdaging</b>
Gedrevenheid	Fanatisme	Luiheid	Ontspannenheid
Doelgerichtheid	Bezetenheid	Halfslachtigheid	Doseren
Optimisme	Oppervlakkigheid	Doemdenken	Diepzinnigheid
Besluitvaardigheid	Kortzichtigheid	Gelatenheid	Reflectie