

Het Enneatype Drie

Type Drie – de Succesvolle Werker/Het Toonbeeld/De Statuszoeker/'De Beste'

Het Enneatype Drie zal zich sterk herkennen in deze situatie:

De beste zijn in wat hij doet is voor hem een sterke drijfveer en in de loop van de jaren heeft hij veel erkenning gekregen voor wat hij bereikt heeft. Hij krijgt veel voor elkaar en hij is succesvol in bijna alle dingen die hij aanpakt. Hij identificeert zich sterk met datgene wat hij doet, omdat hij van mening is dat je waarde is gebaseerd op wat je bereikt en de erkenning die je daarvoor krijgt. Hij heeft altijd meer te doen dan mogelijk is in de beschikbare tijd, dus hij zet zijn gevoelens en zelfbeschouwing vaak aan de kant om het werk af te krijgen. Hij wordt ongeduldig als mensen zijn tijd niet goed gebruiken. Als iemand anders te traag is met de uitvoering van een project, zou hij het liever gewoon zelf overnemen. Hij heeft het gevoel dat hij elke situatie 'in de hand heeft' en zo komt hij ook over. Hoewel hij graag met anderen wedijvert, is hij ook een goede teamspeler.

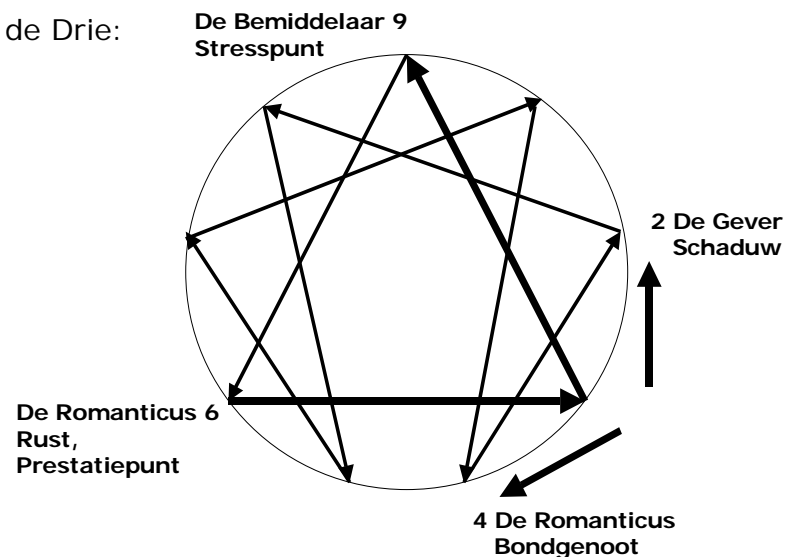
Verdere persoonlijkheidskenmerken van de Drie:

De Drie is diplomatiek, charmant en ambitieus en als zich een nieuwe ervaring voordoet vraagt hij zich eerst af of deze wel nut voor hem heeft. Hij is meer gericht op een doel dan op relaties en zet zijn gevoelens opzij om een klus te klaren. Hij heeft vaak de behoefte om goed te presteren, wil niet afhankelijk zijn van anderen, hij doet de dingen op zijn manier. De Drie vindt het belangrijk om mensen te laten weten waar hij goed in is en heeft mede zijn succes te danken aan het feit dat hij altijd een goede indruk wil maken. Hij doet zijn best om geaccepteerd te worden en geliefd te zijn.

Hij is een zeer gemotiveerde doorzetter, kan uitstekend met details omgaan, vindt het belangrijk om gewaardeerd en bewonderd te worden en vindt het normaal als hij in het middelpunt van de belangstelling staat.

De Drie voelt zich niet prettig bij lange termijn verplichtingen, dus hij maakt het zich bij belangrijke veranderingen in het leven nogal makkelijk. Hij is zelfverzekerd en gedreven om uit te blinken en houdt zich graag bezig met dingen die de mogelijkheid geven op beloning en persoonlijke erkenning. Door de jaren heen verandert hij zijn waarden en levensstijl diverse keren. In een eerste ontmoeting is hij evenwichtig, koel en gereserveerd alhoewel hij zijn uiterste best doet om mensen te ontmoeten en relaties aan te knopen. Als hij boos is, wordt hij meestal afstandelijk en als hij mensen niet mag, blijft hij meestal toch vriendelijk ondanks zijn gevoelens. Hij hecht er belang aan om dingen beter te doen dan anderen en is trots op zijn flexibiliteit; wat geschikt of belangrijk is, verandert vaak. Een van zijn kenmerken is zijn gelijkmatige humeur en hij komt vaak over als fatsoenlijk, zelfs aardig.

De Drie laat zich zelden weerhouden door twijfel aan zichzelf maar als hij een confrontatie met iemand heeft, draait hij er meestal te veel omheen. Als hij zich onzeker voelt, wordt hij arrogant en afwijzend en ernstige tegenslag maakt hem gevoelloos en vastberaden. Hij vermijdt intimiteit als hij vreest dat hij niet kan voldoen aan de verwachtingen van anderen.



Het Enneatype Drie

De Basis

In de periode vanaf de helft van de zwangerschap tot een jaar na de geboorte worden de wezenlijke basisconclusies bepaald die het kind vormen tot een bepaald Enneatype. In deze periode ontwikkelt het kind zijn fysieke identiteit en voert strijd tussen 'Vertrouwen in' en 'Wantrouwen van', een bipolaire basisbehoefte oftewel een ontwikkelingspolariteit. Deze ontwikkeling richt zich op de overlevingsdrang van het individu en de motor van deze overlevingsdrang is de ontwikkeling van angst, waarbij het ervaren van angst leidt tot een bepaalde actie tot zelfbehoud (de levensconclusie). Als deze actie werkt wordt dit DE oplossing voor het kind en deze oplossing is bepalend voor de ontwikkeling naar de structuur van een bepaald Enneatype.

De levenservaring die de weg aangeeft voor de Drie:

Het kleine kind kwam in nood toen hij voelde niet meer te kunnen voldoen aan de normen, waarden en de overdreven bewondering van de moeder.

Verloren levensessentie van de Drie:

De connectie met het gevoel van universele hoop dat alles wat gedaan moet worden verloopt volgens universele wetten en principes.

Compenserend geloof/levensvisie van de Drie:

De wereld beloont Doen, niet Er zijn. Om geliefd te worden richt je jezelf op 'Goed Doen' in plaats van gewoon 'Een Mens te zijn'.

Levensconclusie voor zelfbehoud, Copingstrategie van de Drie:

Zorg dat zaken uitgevoerd worden, ga voor succes en een goed imago omdat liefde alleen dan gegeven wordt als je prestaties worden goedgekeurd. Leg de focus op taken en doelen en leg urgenties in het werk met weinig attentie voor de eigen gevoelens.

Basisangst van de Drie:

De angst waardeloos of zonder inherente waarde te zijn.

Onbewust ontvangen kindertijdboodschappen door de Drie:

Het is niet goed om je eigen gevoelens en identiteit te hebben.

Uitgebleven kindertijdboodschap voor de Drie:

Er wordt van je gehouden om jezelf.

Basisverlangen en haar vervorming voor de Drie:

Het verlangen om waardevol te zijn. Dit ontardt in het najagen van succes.

Kernidentificatie van de Drie:

Identificeert zichzelf sterk met een zelfbeeld dat zich heeft ontwikkeld op basis van wat hij voor bewondering door anderen houdt. Verzet zich tegen het (h)erkennen van gevoelens van leegte en zijn eigen zelfafwijzing.

Zelfbeeld van de Drie:

Bewonderenswaardig, begeerlijk, aantrekkelijk, voortreffelijk, goed aangepast, effectief, met 'onbegrensde mogelijkheden'.

Mentale gedrevenheid van de Drie:

IJdelheid

Het Enneatype Drie

Valkuilen voor de Drie:

Het geloof dat super efficiënt zijn, succes, erkenning, liefde en acceptatie garandeert. Uit angst zelf waardeloos te zijn, geven Drieën anderen het gevoel waardeloos te zijn door hen arrogant of met verachting te behandelen.

Motiverende energie van de Drie, de emotionele passie:

(Zelf)bedrog om het doel te bereiken door zich anders voor te doen, altijd een 'Succesvol' verhaal klaar te hebben, zichzelf 'Succesvol' te presenteren en zichzelf te bedriegen over de eigen gevoelens. Bedrog door te geloven dat men uitsluitend ego is. Bij dit geloof worden alle inspanningen gericht op de ontwikkeling van het ego in plaats van op onze ware aard. Deze passie kan men ook ijdelheid noemen, een poging om het ego te laten denken dat het waardevol is zonder dat men zich ook tot de spirituele bron wendt.

Vermijdingen van de Drie, gevoed door angst:

Mislukken, incapabel zijn door de eigen sterke gevoelens. Een onbewuste, altijd aanwezige angst, dat iets niet volbracht kan worden.

Kracht van de Drie:

Presteren, bekwaam, enthousiast, leiding geven.

Paradox voor de Drie:

Uiterlijk succes brengt niet de innerlijke vervulling of het gevoel van de ware welstand, welvaart of welzijn.

Gerichtheid van de aandacht, de behoeften van de Drie:

Een-op-een relaties:	mannelijk/vrouwelijk imago
Sociale situaties:	prestige
Zelfbehoud:	zekerheid

Mechanismen die werken in de Drie:

Kernovertuiging:	ik ben wat ik voorstel
Verdediging:	identificatie
Intuïtie afgestemd op:	goedkeuring voor prestaties
Wat de Drie niet wil, vermijdingen:	falen
Emotionele Gerichtheid:	(zelf)bedrog
Fixaties:	ijdelheid
Werkmotivatie:	impulsen van buitenaf

Hoofdthema's van de Drie:

Benadrukt dat hij efficiënt, capabel en voortreffelijk is. Focust zich op doelen, een pragmatische benadering en de wetenschap hoe hij zich moet presenteren.
Gaat met gevoelens om door repressie en zijn aandacht op taken te blijven richten, actief te blijven. Presteren houdt pijnlijke gevoelens onder de duim. Kijkt bij anderen uit naar gevoelssignalen.
In de relatie tot systemen willen Drieën met het systeem meewerken. Maar ze onttrekken zich er al even graag aan, ze interpreteren de regels zoals het ze het beste uitkomt en sjoemelen.

Hoe de Drie anderen manipuleert?

Door anderen te charmeren en het imago aan te nemen dat 'werkt'.

Het Enneatype Drie

Kernkwaliteiten, valkuilen en allergieën

Elk type heeft zijn eigen kernkwaliteiten. Wordt deze kernkwaliteit te sterk toegepast dan wordt het een valkuil en ervaren anderen dit als afwijkend gedrag. En elk type is allergisch voor bepaalde soorten gedrag van anderen en reageert daarop vanuit zijn valkuil.

Voor de Drie geldt:

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

Ontplooiing voor de Drie:

- Matig je tempo
- Verwelkom je gevoelens
- Begrijp dat een fout geen ramp is
- Er is altijd liefde voor jou, niet alleen als je iets tot stand brengt
- Werk aan oprechtheid en eerlijkheid

en vergeet nooit dat het je ware aard is om van je leven te genieten en anderen te achten en te waarderen.

Ultieme uitdaging om te groeien voor de Drie:

Hervindt de werkelijke waarheid dat liefde naar je toe komt om wat je bent en niet om wat je doet. Kwaliteiten van de essentie zijn daarbij het streven naar het hogere idee: het herwinnen van hoop en de hogere deugd: oprechtheid (eerlijkheid).

Spirituele weg

Vanuit hun veronderstelling dat waardering afhankelijk is van imago en status bedriegen Drieën zichzelf door hoop te halen uit hun eigen prestaties in plaats van uit werk dat voortkomt uit universele principes. Volgens de spirituele zienswijze geeft hoop ons kracht en richting om onze daden te ondersteunen. Hoop kan ons hart in vervoering brengen en heeft zijn oorsprong in ons onbewuste in plaats van in onze bewuste verlangens. De projectie van het imago van een succesvol persoon neemt bij de Drie de plaats in van een oprecht (eerlijk) zelfbeeld en ijdelheid blaast zijn persoonlijke verdiensten op. Bedrog is nodig om het imago van een succesvol persoon te kunnen handhaven. Als bedrog echter overgaat in een oprecht (eerlijk) laten zien van zichzelf is de Drie in staat de rijzende kracht van de hoop die uit de essentie voortkomt te ervaren.

Het gevolg

De Drie is op heel jonge leeftijd geprezen voor wat hij doet, met name door de moeder. Niet voor wat hij is, zoals bij de Twee maar voor wat hij niet allemaal zou kunnen doen. Op school moet hij bijvoorbeeld alles goed doen. Daardoor gaat hij presteren om het compliment van moeder te krijgen. Het is een veel gespeelde rol in onze cultuur en de meest gewaardeerde. Het kind werkt aan een positieve identificatie met de moeder.

Het dilemma

Drieën voelden zich geliefd om wat ze presteerden in plaats van om wat ze voelden. 'Doen' werd gewaardeerd in plaats van 'voelen'. Imago werd gewaardeerd in plaats van diepgang. Om in deze omgeving te gedijen leerden kinderen van het type Drie goed te presteren en hun succes te vergroten.

Het Enneatype Drie

Ze leerden te concurreren, verschillende werkzaamheden tegelijkertijd te doen en zichzelf te promoten. Ze leerden hoe ze indruk op anderen konden maken. Omdat succesvol zijn een manier was om liefde te krijgen, leerden ze een façade van welslagen om zich heen te bouwen. Een imago kan misleidend zijn. In plaats van dat ze hun eigen behoeften duidelijk maken, stemmen ze zich af op het behalen van resultaten. Als reactie op veranderingen in de situatie passen ze hun zelfpresentatie aan. Ze worden perfecte minnaars, efficiënte 'doeners', de leidinggevendenden op de afdeling. Zolang ze in de ogen van anderen goed zijn hebben ze een goed gevoel over zichzelf, ook al kunnen ze moeilijk contact maken met hun eigen gevoelens. Omdat ze zich niet door de kracht van hun eigen emoties kunnen laten leiden, zullen ze als vanzelfsprekend de emotionele leidraad van anderen overnemen. Ze kijken wat anderen van hen verwachten en vervolgens beantwoorden ze hieraan. Als blijkt dat een bepaald imago hun iets oplevert, nemen ze de karakteristieken over die bij een bepaalde rol horen. Ze staan er niet bij stil dat ze slechts een imago overbrengen. Ze weten alleen dat ze het haten als ze niet geliefd worden; dat anderen hen aardig vinden als ze succesvol overkomen; dat ze hun zelfpresentatie kunnen veranderen en dat het lijkt of anderen hen meer mogen als het goed met hen gaat. Als deze gewoonte een automatisme wordt, stopt hun zelfobservatie. Ze worden dan het slachtoffer van totale zelfmisleiding en zijn niet meer in staat hun eigen gevoelens te onderscheiden van de gevoelens die het imago met zich meebrengt.

Succesvolle Werkers groeien door zichzelf los van hun imago te zien. Als ze inzien hoe ze zichzelf aanprijzen, hun prestaties overdrijven en hun manier van doen aanpassen om meer indruk op anderen te maken, zijn ze vrij om te kiezen hoe ze willen reageren. Ze worden gesteund door mensen die de doelstellingen van relaties herformuleren van emotionele schijn in emotionele diepte; die begrip hebben voor hun gewoonte hun eigen gevoelens te ontwijken; die loyaal met hen zijn en zich niet voor de gek laten houden door hun overtuigende façade.

DE SUBTYPEN

In een-op-een relaties leidt bedrog tot het aannemen van een mannelijk/vrouwelijk imago
Drieën kunnen zichzelf uitstekend presenteren. In intieme relaties ontwikkelen ze zich meestal tot het prototype van wat hun partner aantrekkelijk vindt. Op het werk verandert de façade in die van een uiterst geslaagd persoon. Een topproducer. De sterke concurrent. De hoffelijke minnaar. De ideale partner. De nadruk ligt op de vorm en buitenkant. Het juiste uiterlijk en de beste kleren. Dit subtype maakt het behalen van overwinningen tot een dagtaak. Om overtuigend over te komen moeten ze in zichzelf geloven. Wanneer ze met de ander contact maken doen ze zich zelfverzekerd voor. Ze gooien verschillende hengels uit en wachten af wie bijt. Ze azen op goedkeuring en nemen het imago aan dat nodig is om goedkeuring te krijgen.

In sociale situaties leidt bedrog tot behoefte aan prestige

Anonimiteit roept angst op bij Drieën. Ze moeten iemand zijn in de ogen van anderen, anders voelen ze zich niets waard. Het is pijnlijk om iemand anders in het centrum van de belangstelling te zien staan. Anderen zijn goed, maar zij zijn beter. Het is pijnlijk om op te gaan in de menigte, dus ze lobbyen en worden uitgekozen. Al met al is het voor Drieën vanzelfsprekend om de manieren van een prototype aan te nemen. Ze laten zich in met passende gedachten en gevoelens zoals een acteur die zich begint te vereenzelvigen met een rol. Ze voelen zich zeker als de ogen zich richten op de rol die ze vervullen.

Als Drieën zich in verschillende groepen begeven, dragen ze verschillende kleding. Het is belangrijk dat hun uiterlijk past bij hun rol tijdens een concert of als ze zaken doen. Ze richten zich op een imago dat door de groep gewaardeerd wordt en ze weten waar ze staan door de mate waarin ze gewaardeerd worden. Als hun imago geen waardering oplevert passen ze het aan, want ze voelen zich pas iemand als ze erkenning krijgen.

Het Enneatype Drie

Als het gaat om zelfbehoud leidt bedrog tot het streven naar zekerheid

Drieën zijn gepreoccupeerd met de zekerheid die het hebben van geld met zich meebrengt. Het feit dat ze bereid zijn verschillende vaardigheden te ontwikkelen zodat ze verzekerd zijn van een baan is geworteld in hun overtuiging dat geld zekerheid geeft. Zelfs al zijn zelfbehoudende Drieën vermogend, dan nog zijn ze bang dat ze niet in staat zullen zijn te werken. Ze koppelen hun emotionele zelfbehoud aan hun inkomsten, en een groot deel van hun aandacht is gericht op het vermeerderen van hun bezittingen. Ze associëren hun waarde als mens met de materiële wereld, dus bedriegen ze zichzelf en anderen over de omvang van hun succes door het beeld van een welvarend iemand voor te spiegelen. Geluk wordt vaak vergeleken met rijkdom. In hun relatie is materieel bezit het belangrijkste aspect, en ze verwarren hun financieel welzijn vaak met emotioneel genot. Ze nemen zich voor uit te rusten na de volgende klus, na de volgende promotie of na de volgende salarisverhoging.

De Kind-ziel van de Drie

De Zes is het hartpunt van de Drie, dus achter het efficiënte en beheerste laagje van een Drie bevindt zich een heel angstig kind. Verlegen, timide, onzeker en bang als het is, ervaart deze kind-ziel de wereld als een vijandige en kwaadwillige plek. Anderen zijn bedreigend, soms zodanig dat hij paranoia kan ontwikkelen dat ze hem te pakken willen nemen en hoeveel een Drie ook heeft bereikt en hoeveel uiterlijk succes hij ook heeft behaald, nog steeds ervaart hij zichzelf diep vanbinnen als een van de zwakkelingen in de strijd om het bestaan. In feite kunnen alle pogingen van een Drie om iets te bereiken worden beschouwd als een reactie op een angstige kind-ziel, een poging om dit deel van hemzelf te overwinnen en zich ertegen te verweren. Dit verklaart waarom al het succes voor hem nooit genoeg is. Hoe groot zijn status of macht ook is, als hij zijn kind-ziel niet verwerkt en integreert, kunnen de innerlijke angst en onzekerheid nooit worden opgelost. Vanuit het perspectief van de kind-ziel is het imago van een Drie een poging om dit angstige en onvolwassen deel van zichzelf te camoufleren.

Voor de ontwikkeling van een Drie is het noodzakelijk dat hij deze kind-ziel, die de grond onder zijn voeten ervaart als van nature onvast en niet ondersteunend, aanpakt. Als hij zijn angst steeds meer onderkent en inziet hoe groot de drijfkracht ervan in zijn psyche is, zal zijn angstige kind zich innerlijk gekoesterd voelen en dus veiliger. Het toestaan op zich zal met de tijd zijn angst transformeren in innerlijk vertrouwen, steun en welbehagen, en de Drie zal begrijpen hoe het precies deze kwaliteiten waren die hij als jong kind had en die niet werden toegestaan en ondersteund door zijn vroege omgeving. Het kan zijn dat zijn oorspronkelijke belichaming van essentiële 'Wil' door omstandigheden in het gezin werden bedreigd en uiteindelijk is afgesleten, of het gemak waarmee hij dingen kon doen hem tot doelwit van afgunst en haat maakte van zijn ouders of de andere kinderen, waardoor zijn zelfvertrouwen werd ondermijnd. Los van de psychodynamiek zal de innerlijke grond van een Drie, naarmate zijn kind-ziel in zijn bewustzijn is geïntegreerd, zekerder en steviger aanvoelen. Door het gevoel dat Essentie zijn werkelijke basis is, zal zijn ziel zich ontspannen in de ondersteuning van zijn Essentie. Zijn gedrevenheid, die werd gevoed door zijn angstige kind-ziel, zal mettertijd transformeren in de innerlijke kalmte en moeiteloosheid van ware 'Wil'.

Het Enneatype Drie

Afweermechanismen gebaseerd op verdringing van Schuld/Woede, Schaamte of Angst Identificatie, mechanisme van de DRIE, de Winnaar

Afweer op het gevoel/impuls van Schaamte

Een Winnaar is de persoonlijkheid van het Enneagram die zichzelf het meest succesvol acht. Daarbij wordt mislukking of falen door de Winnaar gezien als een bedreiging voor het psychologisch overleven. Dit falen wordt weggehouden uit het bewustzijn door middel van het afweermechanisme identificatie.

Een Winnaar, ook wel Motivator genoemd, zal een ruimte, waarin bijvoorbeeld een receptie wordt gehouden, als volgt binnen lopen. Terwijl de Winnaar de ruimte betreedt zal onbewust worden waargenomen wie in die ruimte de meeste waardering of aandacht krijgt. Is dit een professor of een sportvedette dan zal de Winnaar gaan praten en zich gedragen als respectievelijk een zeer belezen en kundig persoon of als een persoon, die ook de nodige sportprestaties heeft verricht. Onbewust worden gedrag en identiteit vervormd om zo succesvol mogelijk over te komen. Gevoelens van de feitelijke en mogelijk mindere eigen waarde worden hiermee niet toegelaten in het bewustzijn. Ook hier zal uiteindelijk deze manier van afweer niet meer voldoen. De buitenwereld kan dit gedrag als 'plastic' gaan zien en de Winnaar kan de jacht naar succes als zinloos gaan ervaren.

Je kracht is tegelijkertijd je grootste valkuil. Gebruik je die teveel en niet afgestemd op de ander dan ervaart de ander die kracht negatief en zal daar met weerstand op reageren.

De sterke kanten van de Drie:

- Werkt zeer effectief
- Is gericht op succes
- Heeft zelfdiscipline
- Kan goed omgaan met in de belangstelling staan
- Maakt zich geliefd door presteren
- Wil de beste zijn
- Doelen en resultaten zijn belangrijk
- Zelfpresentatie wordt veranderd om betere resultaten te krijgen
- Stopt zijn hart in het werk
- Richt alle aandacht op zijn taak
- Denkt veelzijdig
- Krijgt veel voor elkaar door taakgericht te denken
- Is een goede organisator
- Is de aanvoerder van het winnende team

Het Enneatype Drie

Reactie op stress:

De Drie gaat naar de Negen

De gedreven Drie wordt op de Negen opeens afstandelijk en apathisch

Drieën zijn sterk gefocust en gedreven om te presteren en identificeren zich met wat ze doen. Met de stap naar Negen kunnen ze onder hun meedogenloze jacht op succes uitkomen. De gedrevenheid van Drieën om zich te onderscheiden en te bewijzen heeft onvermijdelijk stress en conflicten in hun relaties tot gevolg. Op zulke momenten kunnen ze het kalmer aan doen; ze worden diplomatieker en coulanter, zoals gemiddelde Negens. Drieën op Negen willen nog steeds boven de meute uitsteken, maar ook weer niet al te veel. Ze profileren zich minder en proberen niet al teveel op te vallen tussen anderen.

Drieën belanden in hun jacht op succes nogal eens in situaties waarin ze gedwongen zijn dingen te doen die ze eigenlijk niet echt interessant vinden. Voor beperkte tijd levert dit geen problemen op, maar als ze langere tijd een loopbaan of een relatie hebben, die niet berust op wat ze werkelijk willen, leidt dit ertoe dat zij zich er niet bij betrokken voelen en het allemaal langs zich heen laten gaan, zoals Negens.

In plaats van efficiënt te werken, vullen ze hun tijd met irrelevante bezigheden en routines, in de hoop ongedeerd door moeilijke situaties heen te rollen. Terwijl Drieën doorgaans taken snel en efficiënt afhandelen en attent op anderen reageren, zijn ze onder stress ongeïnteresseerd en zelfgenoegzaam.

Bij mislukkingen of grote tegenslag in hun carrière kunnen Drieën menen dat hun laatste uur geslagen heeft. Tijdens zulke perioden raken ze gedesillusioneerd over het leven en zichzelf. Hun onderliggende leegte breekt door en ze maken een apathische en opgebrande indruk. In plaats van met hun onloochenbare daadkracht stappen te ondernemen om hun situatie te verbeteren, neigen ze ertoe de realiteit van hun problemen uit de weg te gaan en hun tijd te verdoen met wishful thinking en gefantaseer over hun volgende grote succes.

De rode vlag; de Drie in de nesten

Rode vlag: De angst tekort te schieten, dat de eigen claims leeg en nep zijn.

Als Drieën een ernstige crisis hebben doorgemaakt of in hun jeugd chronisch mishandeld zijn, kunnen zij de val omlaag maken, naar de ongezonde aspecten van hun type.

Tegenslag die zijn zelfvertrouwen ernstige deuken toebrengt, kan tot gevolg hebben dat een Drie tot het beangstigende inzicht komt dat hij zijn leven heeft opgebouwd op een zwak of zelfs vals fundament. Hij kan bang zijn dat hij daadwerkelijk faalt, of dat zijn successen van generlei waarde zijn, of dat zijn claims over zichzelf frauduleus zijn. En zijn angst kan voor een deel gegrond zijn. Op het moment dat hij de waarheid in deze angsten inziet, kan hij de weg naar gezondheid en bevrijding inslaan. Aan de andere kant zou hij zelfs nog harder zijn best kunnen doen om zijn illusie van superioriteit in stand te houden en dubbel zo hardnekkig ontkennen dat hij lijdt of ook maar enig probleem heeft. ('Geen problemen! Met mij gaat het prima, ik doe alles wat nodig is om maar vooruit te komen'). Als de Drie in deze houding volhardt, kan hij de val omlaag naken naar de ongezonde niveaus.

Indien je bemerkt dat jijzelf of iemand die je kent de waarschuwingssignalen, (zie waarschuwingssignalen), gedurende een langere periode achtereen vertoont (langer dan een paar weken) dan is het in therapie gaan of het inroepen van andere hulp ten zeerste aan te bevelen.

Het Enneatype Drie

Waarschuwingssignalen voor de Drie in nood

Potentiële pathologie: narcistische persoonlijkheidsstoornis, nerveuze druk, depressie (vaak anhedonisch), narcistische woede en wraakzucht, psychopatisch gedrag.

- Lichamelijke uitputting en opgebrand zijn (burn-out) als gevolg van meedogenloze werkverslaving.
- Versterking van het valse zelfbeeld en toegenomen oneerlijkheid en bedrog.
- Gevoelsarmoede en innerlijke leegte.
- Pogingen om de mate van emotionele nood verborgen te houden.
- Jaloezie en onrealistische succesverwachtingen
- Zelfreclame en opportunisme
- Ernstige episodische woede en vijandigheid

De Drie in rust en zijn prestatiepunt (de integratierichting):

De Drie gaat naar de Zes.

De ijdele, argwanende Drie wordt behulpzamer en toegewijder tegenover anderen.

Drieën verwerklijken zichzelf en blijven gezond door, zoals gezonde Zessen, te leren zich te wijden aan anderen en aan doelen die hun eigenbelang te boven gaan. Hun focus verschuift hiermee van de behoefte om een zelfbeeld in stand te houden naar het diepgevoelde verlangen om de ontwikkeling van iets groters dan henzelf te bewerkstelligen.

Integrerende Drieën ontwikkelen een waarachtige zelfachting op manieren die ze zelf nooit hadden kunnen vermoeden. Door hun op samenwerking ingestelde omgang met anderen, zowel in werk als in relaties, ontdekken ze bovendien in zichzelf de moed en het besef van innerlijke leiding van de gezonde Zes. Dit stelt ze in staat om meer van hun authentieke kwaliteiten te openbaren. Hun communicatie is eenvoudig, oprecht en direct, ze hebben het niet nodig om mensen verstoeld te doen staan.

Hoe hard Drieën ook werken, hun streven naar validatie door het najagen van niet uit het hart voortkomende doelen, lijkt nooit bevredigende resultaten op te leveren.

Tot hun eigen verrassing vinden Drieën diepe bevrediging in de onzelfzuchtige daden die ze verrichten en verantwoordelijkheden die ze delen, zodra ze zich vanuit het diepst van hun hart toewijden en daardoor ontwikkelen ze een echt gevoel van eigenwaarde. Ze zijn diep ontroerd door wat zij samen met anderen scheppen en zien de schoonheid en goedheid van wat ze gepresteerd hebben, ongeacht of ze daar wel of geen lof voor ontvangen. Op zulke momenten, zonder enige zelfreflectie, ervaren Drieën hun ware identiteit en waarde.

Gemiddelde Drieën neigen ertoe zichzelf als solisten te beschouwen. Ze kunnen anderen weliswaar motiveren en teamgeest kweken, maar in laatste instantie ervaren ze zichzelf als personen die alleen in de wereld staan. Belast als ze waren met de rol van familieheld, waren steun en troost uitgesloten; een held mag nu eenmaal niet teveel om hulp vragen. Maar als Drieën naar de Zes integreren, herkennen ze in hun leven beschikbare steun en nemen deze aan en durven ook om hulp te vragen. Meestal wekt een dergelijke stap bij de Drie een intense angst op om te falen en anderen teleur te stellen ("Als ze weten hoe ik me echt voel, laten ze me allemaal stikken"). Maar als hij leert met selectief uitgekozen anderen solide relaties op te bouwen, die zoals bij gezonde Zessen het geval is, op vertrouwen en wederzijds respect berusten, begint hij aan de veel bevredigender reis van het ontdekken van innerlijke leiding en steun in zichzelf.

Met pogingen om de trekken van een gemiddelde Zes te imiteren schieten Drieën weinig op. Zich overdreven toewijden aan anderen en proberen de eigen identiteit en zekerheid op te bouwen door links en rechts banden aan te knopen zal hun preoccupatie met hun zelfbeeld en performance alleen maar versterken. Zodra ze daarentegen hun identificatie met hun presteren en zelfpresentatie loslaten, dienen de trouw, innige toewijding en moed van de gezonde Zes zich op geheel natuurlijke wijze aan.

Het Enneatype Drie

Afhankelijk van de situatie, de daarbij behorende mate van stress en het ontwikkelingsproces wat de Drie heeft doorlopen kan deze zich op verschillende niveaus uiten.

Niveaus van ZIJN voor de Drie

Ongezond, Niveau 1 Kern = Monomaan, meedogenloos

Ongezonde Drieën menen dat er niets is wat ze kunnen doen om de positieve aandacht te krijgen van de mensen wier goedkeuring ze nodig hebben. In deze toestand kunnen ze de beheersing over hun onderdrukte vijandigheid en woede verliezen. Ze kunnen proberen wraak te nemen op echte of ingebeelde kwelgeesten en iedereen die hen naar hun idee heeft afgewezen ten val te brengen.

Ongezond, Niveau 2 Kern = Dubbelhartig, opportunistisch

Ongezonde Drieën hunkeren inmiddels zo wanhopig naar aandacht, dat ze onverschillig welk verhaal of plannetje zullen beramen om hun afglijden te camoufleren. Ze willen dat niemand weet hoe gekweld ze feitelijk zijn en ze doen er alles aan om hun emotionele ziekte en misstappen verborgen te houden.

Ongezond, Niveau 3 Kern = onprincipeel, bedriegend

Drieën zijn bang dat zij falen en hun claims misschien leeg en frauduleus zijn, wat inderdaad zo kan zijn. Om hun zelfbeeld te redden gaan ze zichzelf en anderen bedriegen; ze zeggen wat nodig is om indruk op mensen te maken of verdenkingen tegen hun weg te nemen. Van binnen voelen ze zich leeg en teneergedrukt.

Gemiddeld, Niveau 4 Kern = Zelfpromotend, pompeus

Drieën zijn bang dat anderen hen alleen zullen opmerken als ze buitengewoon succesvol of voortreffelijk zijn. Ze proberen daarom zichzelf en anderen te overtuigen van de realiteit van hun grandioze claims. Ze promoten zichzelf en zijn competitief en arrogant als afweer tegen verborgen behoeftigheid.

Gemiddeld, Niveau 5 Kern = Imagobewust, bedreven

Drieën maken zich zorgen dat ze de positieve achting van anderen zullen verliezen en daarom willen ze graag indruk maken op mensen. Ze cultiveren wat naar hun idee het aantrekkelijk mogelijke beeld is. Ze zijn ambitieus, maar worden geplaagd door zelftwijfel. Ze willen bewonderd en begeerd worden. Doorgaans hebben ze intimiteitproblemen.

Gemiddeld, Niveau 6 Kern = Op succes georiënteerd, presterend

Drieën worden bang dat ze door andermans prestaties overschaduwd worden, dat hun inspanningen niet de verlangde aandacht brengen. Ze dienen zich daarom van anderen te onderscheiden door extra te presteren. Constant juttten ze zichzelf op om meer te bereiken.

Gezond, Niveau 7 Kern = Gericht op doelen, zichzelf verbeterend

Drieën versterken hun zelfbeeld door zichzelf en hun talenten te ontwikkelen. Ze zijn competent, vol zelfvertrouwen, hardnekkig en een toonbeeld in wat ze ook doen. Als effectieve communicators zijn ze vaak populaire rolmodellen en een inspiratie voor anderen.

Gezond, Niveau 8 Kern = Zich aanpassend, bewonderenswaardig

Drieën stemmen af op wat anderen waarderen en passen zich daarbij aan zodat ze, naar ze hopen, waardevoller zijn. Zelfbeeld: "Ik ben voortreffelijk, capabel en goed aangepast" (Met onbegrensde mogelijkheden).

Gezond, Niveau 9 Kern = Geleid door het eigen innerlijk, authentiek

Drieën laten het geloof los dat hun waarde afhangt van de positieve achting van anderen, waardoor ze vrij zijn om hun ware identiteit en eigen hartsbegeerte te ontdekken. Hun basisvermogen is eveneens verwezenlijkt, en ze voelen zich waardevol en de moeite waard. Ze aanvaarden zichzelf en zijn zichzelf en weldoend.

Het Enneatype Drie

HOE KAN DE SUCCESVOLLE WERKER ZICH ONTPLOOIEN?

- Het sleutelwoord is STOP! Ruim tijd in om emoties maar boven te laten komen voordat je verder rent naar de volgende taak. Zie je wens om constant bezig te zijn als een manier om je angst voor opkomende gevoelens te onderdrukken. Probeer je angst voor gevoelens, waaruit de wens constant bezig te zijn voortkomt, te ontdekken.
- Leer het verschil te ervaren tussen doen en voelen. Herken wanneer een activiteit mechanisch wordt. Op een robotachtige manier werken onderdrukt je opkomende gevoelens.
- Merk op wanneer fantasieën over successen de plaats innemen van wat je werkelijk kunt.
- Blijf bij problemen in plaats van een nieuwe weg in te slaan, critici in diskrediet te brengen of falen zo uit te leggen dat het een succes wordt.
- Schenk aandacht aan het uitstellen van gevoelens. "Na de volgende promotie zal ik gelukkig zijn. Na de loonsverhoging zal ik meer tijd hebben."
- Merk op als je voelt dat je bedriegt. "Niemand kan achter mijn masker kijken. Ze zien alleen mijn uiterlijk gedrag."
- Ervaar je onrealistische faalangst als de werkdruk afneemt.
- Wees je ervan bewust als je zelfevaluatie of intervisiesessies tot een taak maakt die je in de vingers wilt krijgen of als je deze gaat zien als het volgende karwei dat op de agenda staat.
- Leer gevoelens te herkennen. Je kunt beginnen met de sensaties te benoemen die bij bepaalde gevoelens horen. "Mijn gezicht is warm. Mijn buik voelt gespannen."
- Een vastgestelde tijd waarbinnen zelfevaluatie plaatsvindt vermindert de angst voor het ervaren van emoties. Begin met dertig minuten en ga kan weer aan het werk.
- Maak keuzen op basis van gevoelens in plaats van op basis van de status die ze je opleveren.
- Sta mensen toe om van je te houden om wie je bent in plaats van om wat je doet.