

Trap er

**Bertram
& Berber
Ramspeck**

niet in!

Spiegel jezelf, benut je valkuilen

**Breng jezelf,
je team en
relaties tot
bloei**

Colofon

Tekstadvies en redactie: Nienke van Oeveren, Boekredactie

Correctie: Marjoleine Schlösser, ZonderFout.nl

Foto auteurs: Nathalie den Besten, In Beeld Bij Nathalie

Ontwerp: Twin Media

Vormgeving: Twin Media

Uitgever: BigBusinessPublishers

ISBN: 9789493171299

© Bertram en Berber Ramspeck 2021

www.menstypocoaching.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Het kernkwadrant is een geregistreerd handelsmerk van Core Quality International.

Inhoud

VOORWOORD	9
INLEIDING	11
DEEL 1 DE SPIEGEL	17
1 Tegenstellingen en complementariteit	19
1.1 TEGENSTELLINGEN	20
1.2 DE FUNCTIE VAN TEGENSTELLINGEN	23
1.3 PARADOXEN	25
1.4 ZELF OORZAAK ZIJN VAN HET GEVOLG	31
1.5 INCLUSIEF DENKEN: DE KRACHT VAN PARADOXALE VERZOENING	33
2 Het kernkwadrant	39
2.1 JE KERNKWALITEITEN EN VALKUILEN	40
2.2 PUZZELLEN MET JE EIGEN KERNKWADRANT	47
2.3 PIJN-LIJN EN ZIJN-LIJN	54
2.4 KERNKWADRANT IN PRAKTIJK	56
2.5 OPWAARTSE SPIRAAL	61
3 Je menstype en kernkwadrant	67
3.1 VERDIEPING DOOR MENSTYPEN	68
3.2 VOORBEELD: DOELGERICHTE MENSTYPE	72
3.3 GESPIEGELDE MENSTYPEN	75
3.4 VERSCHILLEN BINNEN DEZELFDE TYPOLOGIE	78

DEEL 2	VAN ONBALANS NAAR EVENWICHT	89
4	Opnieuw kijken naar jezelf	91
4.1	INNERLIJKE ONBALANS	92
4.2	JE SCHADUW VINDEN	94
4.3	ZELF EN EGO	97
4.4	JEZELF BEVRIJDEN	103
4.5	IN EVENWICHT OP JE ZIJN-LIJN	105
5	Problemen met anderen oplossen	111
5.1	INTERESSANTE COMBINATIES	113
5.2	ONBALANS OP DE PIJN-LIJN	117
5.3	ANDEREN BEKRITISEREN	122
5.4	STUREN VAN CONFLICT NAAR HARMONIE	123
DEEL 3	TOEPASSINGEN IN LEVEN EN WERK	131
6	In je persoonlijk leven	133
6.1	AAN DE SLAG IN JE RELATIE	134
6.2	JE GEZIN LATEN BLOEIEN	137
6.3	IN DE OPVOEDING	143
7	In het professionele leven	155
7.1	BIJ DE BEPALING VAN JE (LOOP)BAAN	156
7.2	IN DIRECTIES EN (MANAGEMENT)TEAMS	159
7.3	BIJ WERVING EN SELECTIE	167
7.4	ONTWIKKELINGSGESPREKKEN	171
7.5	BIJ INDIVIDUELE EN TEAMCOACHING	174

TOT SLOT	176
BIJLAGE 1	
KENMERKENDE SCHETS VAN DE 14 MENSTYPEN	179
Ingetogenheid versus Openheid	179
Doelgerichtheid versus Bedachtzaamheid	180
Contextueel denken versus Conceptueel denken	181
Normbesef versus Ruimdenkendheid	183
Berusting versus Daadkracht	184
Ontvankelijkheid versus Beoordelingsvermogen	185
Vrijheidslievendheid versus Verbondenheid	187
BIJLAGE 2	
WERKWIJZE BERTRAM EN BERBER RAMSPECK	189
OVER BERTRAM RAMSPECK	191
OVER BERBER RAMSPECK	192
LITERATUUR	193

VOORWOORD

'Ken uzelf!' is een oproep van alle tijden. De Grieken gingen ons voor in deze zoektocht.

De behoefte aan zelfkennis en persoonlijke ontwikkeling lijkt de laatste decennia alleen maar aan belang te winnen. Waarom is dat dan zo belangrijk? En als het al zo van belang is, hoe kan je dan jouw essentiële eigenschappen leren kennen en zo adequaat mogelijk inzetten? Precies op deze vragen reikt dit boek waardevolle inzichten aan.

Van nature heb ik een zekere weerstand tegen allerlei modelletjes die ons mensen brengen tot uitspraken als 'ik ben rood' en 'hij is een plant'. In een hokje geduwd worden, maakt dat we ons daarop blind gaan staren en andere kwaliteiten, die buiten dat hokje vallen, buiten beschouwing laten.

Het boek dat je in handen hebt, brengt je voorbij de grenzen van dit hokjesdenken. Het laat de werking van polariteiten in ons leven zien. De schijnbaar tegengestelde krachten in onze persoonlijkheid worden blootgelegd en zodanig met elkaar verbonden dat ze productief kunnen worden in ons leven. Het geeft je een handreiking om met ontspanning een leven lang te ontwikkelen.

Vanuit mijn eigen werkpraktijk heb ik gezien hoe het gedachtegoed, zoals Bertram en Berber in dit boek hebben beschreven en als coaches reeds meer dan tien jaar voor ELLLA inzetten, bijzonder helpend is in de persoonlijke en professionele ontwikkeling van mensen.

De inzichten werken door in allerlei vormen van relaties. Allereerst om de relatie met jezelf te verkennen en zo verder te kunnen ontdekken. Vervolgens ook de relatie met ieder ander doordat je anders gaat kijken naar de mens die je ontmoet. Je 'ziet' de ander scherper en komt tot de ontdekking dat de wijze waarop jijzelf in elkaar zit alles te maken heeft met de wijze waarop je de ander ervaart.

Dit boek is een ontdekkingsreis die ik iedereen van harte gun.

Om met de woorden van Bertram te spreken: 'Chapeau!'



Bertram en Berber,
dank voor alle tijd
en energie die jullie
hebben gestoken in de
realisatie van dit rijke
boek.

Arjan Gosker, directeur ELLLA, Een Leven Lang Leren Academie

INLEIDING

“ Weleens nagedacht over hoe vaak je zelf veroorzaakt wat je juist wilt vermijden?

Bovenstaande quote geeft de kern van dit boek aan. Het is de opmaat om de omslag te kunnen maken van het ongewenste bestrijden naar het gewenste bevrijden. Wij gedragen ons allemaal anders. Bovendien kunnen we ons gedragen op een manier die haaks staat op hoe we ons eerder gedroegen. Zo kan iemand die over het algemeen een grote mate van flexibiliteit vertoont, ineens voet bij stuk houden en de hakken in het zand zetten. Of iemand die over het algemeen zeer secuur is, iets totaal onverantwoords doen. Wat maakt dat je prima met een bepaald type mensen kunt omgaan en een ander juist allergisch is voor datzelfde type? Wat maakt dat mensen heel verschillend kunnen reageren op dezelfde gebeurtenis? Wat bepaalt onze voorkeuren en waar we goed in zijn? En wat bepaalt dat we zelf veroorzaken wat we juist willen vermijden?

Antwoorden op deze vragen vormen is de kern van dit boek. Ze hebben alles, maar dan ook alles te maken met (zelf)inzicht en bewustwording van ons eigen, specifieke *patroon* van denken en handelen. Een patroon dat bepaald wordt door de specifieke persoonlijkheid waarmee we in de wieg zijn gelegd.

Tegendelen

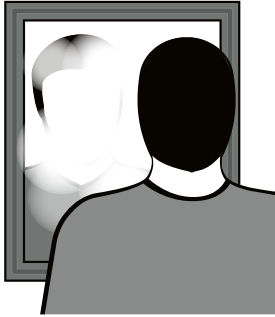
Onze persoonlijkheid, ons karakter, bestaat uit een samenstel van twee tegen-gestelde *karakterstructuren*. Deze zijn, net als donker en licht, hoog en laag, onlosmakelijk met elkaar verbonden. Zo heeft iemand met een heel zorgvuldige kant ook een minder zorgvuldige kant. Dit is per definitie zo. Immers, *tegendelen* zijn niet los verkrijgbaar. Die minder zorgvuldige kant is nodig omdat je anders kunt verzanden in je zorgvuldigheid. Maar het is net deze persoonlijkheid die allergisch is voor onzorgvuldigheid. Deze allergie kan ervoor zorgen dat het *nooit goed genoeg is*. Dan kun je als een blind paard achter perfectie aan blijven jagen, terwijl het *nooit goed genoeg is*.

Een *blinde vlek* is een aspect waarvan je niet weet dat je het niet ziet. Zolang je je niet bewust bent van je blinde vlek, dus van je eigen niet-functionele patroon, wordt deze in stand gehouden. Dat is voor jou een zware opgave, maar ook voor je omgeving. Want *nooit goed genoeg zijn* heeft ook een uitwerking op je omgeving. Want anderen doen het ook niet goed genoeg. En doordat je omgeving daarop gaat reageren ('Doe niet zo moeilijk!'), komt de vereiste zorgvuldigheid juist in het gedrang. En dan ontstaat er een tweede blinde vlek, namelijk dat je zelf de oorzaak bent van het gevolg. Het gevolg van *het niet zo nauw nemen* van je omgeving is immers een reactie op jouw dwangmatig nagestreefde perfectie.

Waarschijnlijk wijs jij vervolgens de omgeving als schuldige aan. Daarop onderneem je actie om het ongewenste gevolg te bestrijden. Maar omdat we door onze blinde vlek niet zien dat die oplossing zelf (het nóg meer inzetten op perfectie) het probleem is, zal het ongewenste gevolg eerder verslechteren dan verbeteren. Zolang we de fundamentele oorzaak en ons aandeel daarin niet doorzien of willen erkennen, blijven we het ongewenste bestrijden en komen we er niet aan toe om het gewenste te bevrijden.

Blinde vlekken

Elke persoonlijkheid kenmerkt zich dus door specifieke kwaliteiten en door het ontbreken van andere kwaliteiten. Als metafoor kunnen we noemen dat een vis niet in een boom kan leren klimmen. Maar opmerkelijk genoeg hebben we een blinde vlek voor kwaliteiten die we wél hebben terwijl we denken dat we ze niet hebben, zie figuur 0.1. Zonder inzicht in onze eigen blinde vlekken kunnen we levenslang in onze, zelf gegraven, valkuilen blijven tuimelen.



Figuur 0.1 Je kunt jezelf niet compleet zien

Zoals dit boek laat zien, bestaat onze persoonlijkheidsstructuur uit twee tegengestelde persoonlijkheidsstructuren, ieder met hun specifieke kwaliteiten. Valkuilen ontstaan wanneer we die tegengestelde kwaliteiten niet laten samenvallen. Dit wordt veroorzaakt doordat uitgerekend een deel van de in onszelf verankerde tegengestelde karakterstructuren onze allergie opwekt. We zijn dus allergisch voor een deel van onszelf.

Deze blinde vlek is de valkuil der valkuilen. Want hierdoor veroorzaken we zelf veel meer moeilijkheden dan we onderkennen, zelfs wat we juist proberen te vermijden als datgene wat we als ongewenst ervaren. Misschien wijs je vervolgens de omgeving als schuldige aan.

Hoe we zelfinzicht kunnen opdoen over onze tegengestelde kwaliteiten en valkuilen, waarom we verafschuwen wat we verafschuwen en de sleutel om onze valkuilen te kunnen vermijden, komt uitgebreid aan de orde, met vele voorbeelden en oefeningen.

Opbouw van het boek

In Deel 1 leggen we de basis van tegenstellingen en complementariteit. Om in balans te komen in leven en werk, willen we je laten zien dat de wereld vol zit met tegenstellingen. Maar al te vaak lijkt iets een schijn-

bare tegenstelling – een paradox – en kun je tussen de tegendelen bewegen, en zo beide benutten. Om te laten zien hoe de in onszelf aanwezige tegendelen zich tot elkaar verhouden, maken we gebruik van het kernkwadrant van Daniel Ofman en de veertien menstypen van Tineke Liefhebber. Deze bespreken we in hoofdstuk 2 en 3. Je maakt je tegengestelde karaktereigenschappen, kwaliteiten, valkuilen en antipathieën inzichtelijk. Interessant daarbij zijn de zijn-lijn en pijn-lijn (hoofdstuk 2.3), waarbij je je tegendelen wel of niet goed laat samenwerken. We combineren het kernkwadrant, de gedragskant, met de diepere laag van je menstype. Al is het haast onmogelijk om je eigen menstype te bepalen, we helpen in dit boek wel om tegendelen in jouw persoonlijkheid tot samenwerkingsvoordeel te laten komen. Want als we dat niet doen, zo laten we zien, veroorzaken we zelf wat we juist willen vermijden. Het eerste deel eindigt met een beschrijving van het menstype van Bertram.

In Deel 2 maken we een verdiepingsslag en laten we zien hoe innerlijke onbalans ontstaat (hoofdstuk 4). Hoe onbalans in interactie leidt tot verstoring van de harmonie en wat de oorzaak en de oplossing zijn van alle tussenmenselijke problemen (hoofdstuk 5). Door inzicht in je tegengestelde karaktereigenschappen kun je deze bewust laten samenwerken. Met de oefeningen analyseer je waarom jij allergisch reageert op anderen en leren we je hoe je ego in de weg kan staan en je in je valkuilen doet belanden. Het doel is evenwicht bereiken tussen je tegengestelde karaktereigenschappen en daarmee ook harmonie met de mensen om je heen. Hierbij beweeg je van de pijn-lijn (de verbindingslijn tussen je valkuilen) naar de zijn-lijn (de verbindingslijn tussen je aanvullende kwaliteiten).

Deel 3 geeft verschillende toepassingen van het gebruik van kernkwadranten en menstypen. In je persoonlijk leven, bijvoorbeeld met je partner, je gezin en familie en opvoeding (hoofdstuk 6). En in de zakelijke context (hoofdstuk 7), bijvoorbeeld ten aanzien van je loopbaan, in directies en (management)teams, bij werving en selectie en in coaching.

Het tweede
deel eindigt met
een beschrijving
van Berbers
menstype.

We geven je oefeningen om samen met anderen te achterhalen waar wrijving ontstaat en om in te zien hoe je als tegenspelers, ieder met eigen kwaliteiten en met uiteenlopende menstypen, elkaar kunt aanvullen en versterken. Helpende voorbeelden worden hierbij aangereikt.

Zelfinzicht

Wanneer wij eerder in ons leven de kennis en inzichten van ons menstype tot ons hadden kunnen nemen, dan was ons veel gedoe en verlies van levens- en arbeidsvreugde bespaard gebleven. We zien die omslag van veel gedoe en geworstel naar harmonie, innerlijke balans en effectiviteit van handelen terug bij de honderden mensen die we gecoacht hebben. Met inzicht in je menstype en kernkwadrant kun je je leven veel evenwichtiger, vloeiender en harmonieuzer laten verlopen en je aanwezige potentieel beter benutten.

Dit boek is dan ook bedoeld voor iedereen die belang hecht aan het opdoen van direct toepasbaar zelfinzicht op het niveau van je karakterologische bouwtekening, om daarmee jezelf veel beter te begrijpen en je aanwezige potentieel meer en meer te kunnen bevrijden. Het is ook bedoeld voor iedereen die wil werken aan een betere samenwerking en omgang met anderen, het voorkomen of oplossen van conflicten, en voor hechtere teams. Dit betekent dat het boek geschikt is voor zowel persoonlijke als professionele ontwikkeling. Dus voor studenten, directeuren, leidinggevendenden, projectleiders, HR-functionarissen, coaches en verder eenieder die wil werken aan relatieverbetering in de meest ruime zin van het woord.

Het boek opent op een verrassende wijze je ogen en stelt je in staat in je ontwikkeling een grote stap voorwaarts te maken. Met evenwichtig leven en werken als beloning. Een beloning die zich uitbetaalt in toenemende harmonie met jezelf, met je omgeving en het leren inzetten van een stuk nog onbenut maar aanwezig potentieel.

Om de kennis uit het boek meteen toe te passen, hebben we oefeningen opgenomen. Je kunt de oefeningen ook doen aan de hand van een bepaalde casus of probleem, bijvoorbeeld in relatie tot je partner, kind, ouder, collega of leidinggevende. Of wanneer je bij herhaling last hebt van zaken die niet gaan zoals je zou willen.

We wensen je van harte een fascinerende en vruchtbare ontdekkingsreis toe!

DEEL 1

DE SPIEGEL

DE SPIEGEL

Hoofdstuk 1

Tegenstellingen en complementariteit



**RIGHT WING, LEFT WING ...
EVER ASKED A BIRD TO CHOOSE?**

– DALAI LAMA

Om in balans te komen in leven en werk, willen we je laten zien dat de wereld vol zit met tegenstellingen. Maar al te vaak lijkt iets een tegenstelling – een paradox – en kun je tussen de tegendelen bewegen en zo beide benutten. In dit hoofdstuk vertellen we je over tegenstellingen, hun functie en de verzoening van tegendelen. Met inclusief denken in plaats van exclusief denken kun je de kracht van paradoxale verzoening vrijmaken. Daarnaast leg je met de oefeningen de basis om in het volgende hoofdstuk je kernkwadrant te vinden.

1.1 TEGENSTELLINGEN

“ Het in zichzelf opgeslotene kan bevrijd worden wanneer de oorspronkelijke kwaliteit uitreikt naar het geïsoleerd geraakte tegengestelde.

– MARCEL DERKSE

We leven op een polaire planeet. Dit betekent dat ons leven beheerst wordt door *tegenstellingen*. Geen licht zonder donker, geen verdriet zonder blijheid, geen dood zonder leven, geen plus zonder min. Zelf zijn we dan ook een strijdtoneel van tegengestelde en schijnbaar onverenigbare krachten. Ons werk vraagt om dit, onze partner vraagt om dat, onze kinderen willen weer wat anders, maar wij willen zelf meer dan alleen de restjes. De volgende vertelling geeft aan hoe tegendelen ons kunnen verscheuren.

Een oude Cherokee zit op een avond met zijn kleinzoon bij het vuur en vertelt hem over een geweldige strijd die zich in zijn binnenste afspeelt. ‘Twee wolven zijn daar met elkaar in gevecht. De ene heet leugen, woede, afgunst, schuld, hoogmoed, zelfmedelijden, begeerte, egoïsme. De ander heet vrede, liefde, vertrouwen, waarheid, mededogen, vriendelijkheid.’

De kleinzoon heeft aandachtig geluisterd: ‘Wie wint, grootvader?’

De oude indiaan antwoordt: ‘De wolf die ik te eten geef.’

Wat de oude man zijn kleinzoon leert, is dat tegenstellingen gelijktijdig bestaan, maar dat er altijd een keuze is aan welk deel in jezelf je voeding en aandacht geeft. De tegendelen bestaan immers bij de gratie van elkaar: arm/rijk, hoog/laag, inademen/uitademen, licht/donker, vreugde/verdriet.

Alleen al het woord *tegendeel* zet ons op het verkeerde been. Immers, tegendelen zijn niet los verkrijgbaar. Zij vormen per definitie een twee-eenheid. Het begrip ‘tegendeel’ roept associaties op met oppositie,

conflict en strijd. Echter, licht is niet in conflict met duisternis, en ziekte niet met gezondheid. Maar in onze Westerse cultuur moet het ongewenste tegendeel het liefst zo snel mogelijk geëlimineerd worden. Met andere woorden: in plaats van ons te richten op het gewenste *bevrijden*, gaan we het ongewenste *bestrijden*. Met als paradox dat het gewenste daarmee niet bevrijd wordt. Of sterker nog, het ongewenste wordt juist versterkt door het uitspelen van tegendelen, door *polarisatie*.

Als we kiezen voor de wolf van de afgunst, schuld, woede, kan dat op termijn tot een deprimerende stemming leiden. Een huisarts kan dan voorstellen om antidepressiva voor te schrijven. Bij een patiënt wordt de deprimerende stemming op chemische wijze onderdrukt, maar daarmee wordt onlosmakelijk ook zijn levenslustige stemming afgeremd. Van schaduwkanten afkomen door de zonkanten te verduisteren ... dat kan toch niet de bedoeling zijn? Toch gebruiken in Nederland meer dan een miljoen mensen antidepressiva.

Om het gewenste te bevrijden moeten we niet kiezen uit een van de tegendelen, maar juist beide verzoenen. In het geval van een deprimerende stemming, verzoen je teleurstelling, frustratie en boosheid met dankbaarheid voor wat er wel is: plezier, vreugde, vertrouwen en aanvaarding. Immers, er is geen 'goed' tegendeel zonder 'slecht' tegendeel. Tegendelen zijn dan ook feitelijk 'mee-delen'.

**JE CASUS**

Je kunt de oefeningen in dit boek doen aan de hand van een bepaalde casus of bepaald probleem, bijvoorbeeld in relatie tot je partner, kind, ouder, collega of leidinggevende. Of wanneer je bij herhaling last hebt van zaken die niet gaan zoals je zou willen. Of de reden dat je dit boek nu leest.

Bijvoorbeeld:

- ▶ Ik heb bij mijn leidinggevende of collega of partner last van het volgende gedrag ... Ik merk dat ik dan daar ... op reageer, maar dat schiet meestal niet erg op.
- ▶ Ik merk bij mezelf dat ik soms makkelijk mijn mening geef en op een ander moment helemaal niet.

Welke casus wil je lezend meenemen?

Hoofdstuk 3

Je menstype en kernkwadrant



**DE BRIL WAARDOOR JE KIJKT, BEPAALT WAT JE ZIET,
NIET ZIET EN HOE JE LEVEN VERLOOPT.**

Met behulp van het kernkwadrant kunnen we een inventarisatie maken van onze talenten en eigenschappen, wat ons verweten wordt, wat we in onszelf missen, waar we een antipathie voor hebben en waar we nou juist allergisch voor zijn. Het kernkwadrant zit op gedragsniveau. Hierdoor blijven het losse elementen en hebben we nog geen zicht op de onderliggende oorsprong van al die gedragingen. Daarvoor moeten we naar een diepere laag in onze persoonlijkheidsstructuur. In dit hoofdstuk bekijken we het model van het kernkwadrant dan ook met de veertien menstypen van Tineke Liefhebber. We geven voorbeelden van menstypen en laten zien hoe onbegrip en miscommunicatie makkelijk kunnen ontstaan. Tot slot laten we zien dat deze menstypen zelfs terug te vinden zijn in families, organisaties, steden en landen.

Met het onderwerp 'menstype' gaan we in op de hoekstenen van onze karakterstructuur. Hoekstenen die elkaars tegengestelde zijn. We kunnen dan ook stellen dat we in feite twee tegenover elkaar staande karakterstructuren hebben. Waarvan duidelijk zal zijn dat deze in balans dienen te worden gebracht om evenwichtig te kunnen leven en werken. Onze karakterstructuur is het resultaat van onze voorgeboortelijk geprogrammeerde blauwdruk. Dat de blauwdruk in onze genen zit en ook ons leven lang meegaat, blijkt evident. Al kunnen binnen hetzelfde menstype en de daarbij behorende karakterstructuur de uitingsvormen van gedrag sterk variëren als gevolg van omgevingsfactoren. Er kunnen daarnaast verschuivingen optreden onder invloed van ervaringen, door het ouder worden en door specifieke gebeurtenissen. Dit zijn verschuivingen tussen de pijn-lijn en de zijn-lijn. Op deze verschuivingen kun je zelf invloed uitoefenen, zoals we al zagen in het vorige hoofdstuk in de casus over de directeur.

3.1 VERDIEPING DOOR MENSTYPEN

Het kernkwadrant brengt de relatie tussen kernkwaliteit, valkuil, uitdaging en allergie op gedragsniveau in kaart. Met het menstype wordt inzichtelijk gemaakt wat *de oorsprong* is van het gedrag. De uitwerking naar menstypen is daarmee een fundamentele verdiepingsslag ten opzichte van het oorspronkelijke gebruik van het kernkwadrant van Daniel Ofman. Jouw menstype is bepalend voor:

- de manier waarop je kijkt
- wat je ziet
- wat je niet ziet
- wat er *om* je en *in* je gebeurt
- hoe je het waargenomene interpreteert
- hoe je dit vervolgens in denken en handelen omzet
- in hoeverre het effect van dit denken en handelen functioneel of disfunctioneel is

Aan de hand van terugkerende grondpatronen heeft adviseur en coach Tineke Liefhebber veertien menstypen kunnen determineren. Zij beschrijft deze in haar prachtige boek *Vermist: mijn tweede helft*.

Polariteit & menstypen. De boektitel verwijst naar de twee kanten die we allemaal hebben. Wanneer we maar één kant omarmen en de kant waar we een antipathie voor voelen uitsluiten, blijven we op één been lopen. Zolang we een helft missen, zullen ons leven en werk onevenwichtig verlopen. Zij voerde decennialang gesprekken in het kader van therapie en coaching en zag terugkomende specifieke gedragingen en patronen. Ze heeft het kernkwadrant gebruikt om de kenmerkende kwaliteiten en valkuilen weer te geven. De veertien menstypen maken het mogelijk de oorsprong van ons gedrag feilloos in kaart te brengen, waardoor we kunnen begrijpen waarom we doen zoals we doen. En wat maakt wanneer dit goed uitpakt en wanneer niet.

Liefhebber heeft alle veertien menstypen beschreven met hun specifieke kenmerken en kenmerkende patronen in denken en handelen, inclusief specifieke op de loer liggende valkuilen, aversies, worstelingen en blinde vlekken. Dit zijn de veertien menstypen:

- Ingetogenheid
- Openheid
- Doelgerichtheid
- Bedachtzaamheid
- Contextueel denken
- Conceptueel denken
- Normbesef
- Ruimdenkendheid
- Berusting
- Daadkracht
- Ontvankelijkheid
- Beoordelingsvermogen
- Vrijheidslievendheid
- Verbondenheid

Verschillende functionaliteiten

Per menstype is de functionaliteit van een kernkwaliteit verschillend. Met andere woorden: een bepaald talent heeft per menstype een andere betekenis.

Zo wordt de eigenschap *flexibiliteit* door het ene menstype ingezet om gebondenheid te vermijden. Dit is het geval bij het menstype Vrijheids-lievendheid, dat niet wil dat de nagestreefde vrijheid in het gedrang komt. Het menstype Ruimdenkendheid zet de eigenschap *flexibiliteit* in om zaken vanuit verschillende perspectieven te bekijken. Voor iemand met het menstype Ontvankelijkheid komt het krijgen van kritiek snoei-hard aan, hij zal zijn flexibiliteit inzetten om mee te bewegen om zo kritiek te vermijden. Zo krijgt dezelfde kwaliteit dus meerdere gezichten, omdat deze uit verschillende bronnen (lees: menstypen) voortkomt. Zo kan *leiderschap* in verschillende menstypen als kwaliteit voorkomen – zoals bij Doelgerichtheid en Daadkracht, maar de inkleuring ervan is gelinkt aan het specifieke menstype.

Je menstype vormt de rode draad door je leven. Je biografie, met alles wat er in je leven gebeurd is, waarmee je worstelde, je uitbundige kan-ten, het verschuilen, het gaan inzien waar je goed in bent en waarin niet, wat je energie geeft en wat juist niet, je loopbaan, je hobby's, je relaties et cetera, zijn volledig te koppelen aan je menstype. Pas als je die oorsprong weet, kun je van jezelf begrijpen waar je gedragingen uit voortkomen. En hoe je kunt bijsturen als dat gewenst of noodzakelijk is, teneinde evenwichtig te leven en werken.

UITERLIJKE KENMERKEN

Elk menstype heeft ook specifieke uiterlijke kenmerken. Dit is door de jaren heen voor Bertram en Berber manifest geworden. De ogen en de uitdrukking, de vorm van het gezicht, de vorm van de mond, de bouw van het lichaam, motoriek, manier van praten en daarnaast zelfgekozen uiterlijkheden als haardracht en kledingstijl. Al is er binnen elk menstype ook een variëteit aan mogelijke uiterlijkheden en is het geen wet van Meden en Perzen. Fascinerend is het wel, het zou immers betekenen dat er een 'hogere architect' is, die niet alleen alle noodzakelijke, verschillen-de menstypen voor een samenleving op aarde samengesteld heeft, maar deze ook 'op de tekentafel' uiterlijk vormgegeven heeft.



Het zelf bepalen van je menstype is haast niet mogelijk, omdat met het nog onbewuste referentiekader slechts beperkte waarnemingen mogelijk zijn. Paradoxaal genoeg word je je hiervan pas bewust als je je menstype kent. Door de blinde vlekken die hiervan het gevolg zijn, weten we niet wat we niet zien en kan zelfonderzoek niet leiden tot bepaling van het referentiekader als de bril waardoor we waarnemen. Het waarnemende kan zichzelf niet waarnemen, net zomin als het oog zichzelf kan zien (zie figuur 3.1). Voor het bepalen van je menstype zul je dus een gespecialiseerde coach moeten vragen. Met dit boek kun je wel direct toepasbaar aanvullend zelfinzicht opdoen.



Figuur 3.1 Je kunt jezelf niet compleet zien

Omgaan met anderen

Met behulp van het kennen van ons menstype, kunnen we onszelf en ons gedrag pas echt begrijpen. Ons menstype is bepalend voor hoe wij aan de wereld gerelateerd zijn en loopt als een rode draad door ons leven. Dit maakt dat dezelfde gebeurtenis door mensen met verschillende menstypen op verschillende manieren waargenomen wordt en uiteenlopende (re)acties in denken en handelen teweegbrengt. Ons menstype bepaalt ook in hoeverre we gemakkelijk met uiteenlopende mensen uit de voeten kunnen, of juist minder makkelijk.