



Ben jij 'in je element'?

Leer de waardevolle Elementenleer toepassen op jezelf!

- *Met super-concrete test om vast te stellen welk type je bent.*
- *Breng jezelf in die heerlijke flow waarin alles je lijkt te lukken.*
- *Leer je belemmeringen naar succes beter begrijpen en ermee te 'dealen'.*

Weer iets nieuws?



Je hebt het vast weleens iemand horen zeggen: 'ik voel me helemaal in mijn element'. Zo iemand voelt zich behaaglijk, voelt zich thuis, voelt zich competent. Zo iemand heeft schik in wat hij doet, geniet van zijn omgeving. Zo iemand ervaart een heerlijke flow, heeft het gevoel de wereld aan te kunnen.

Het woord 'element' is vermoedelijk een toespeling op datgene waar mensen en dieren niet buiten kunnen. Dat wat wij in essentie nodig hebben om te leven. Dat zijn: vuur, lucht, water en aarde.

Vele culturen gebruiken de elementen; het gebruik ervan gaat duizenden jaren terug. Zo gebruikten de Grieken het 2500 jaar geleden al om het leven te verklaren, inzichtelijk te maken. De Chinezen gebruiken het al meer dan 5000 jaar in hun traditionele geneeskunde. De Zwitserse psychiater Carl Jung ontdekte in experimenten dat mensen beschikken over basisgedragspatronen die sterk overeenkomen met de

oude leer van de elementen. Enfin... ga ik iets nieuws vertellen? Nee dus.

Zou jij graag wat vaker 'in je element willen zijn'? Wil jij die heerlijke flow, dat gevoel dat alles 'past', dat je alles kunt, dat bijna alles moeiteloos lukt, wat vaker meemaken? Als het mogelijk is zelf beïnvloeden? Lees dan maar door!

Handig: mensen in hokjes stoppen!

In mijn werk als loopbaancoach gebruik ik verschillende 'modellen' die iets zeggen over wat voor persoon iemand is. Eén ervan is de elementenleer.

Ik hoor je denken: 'Oh, gaat het daar over? Weer een model om mensen in een hokje te stoppen...' Het maakt me altijd een beetje treurig, zo'n opmerking. In mijn werk ervaar ik namelijk dagelijks wat een eye-opener het voor mensen is om te weten wat voor 'type' ze zijn.

En ja, daarmee stop ik mensen in hokjes. Zoals wij dat allemaal dagelijks doen. Gewoon omdat we anders onmogelijk de wereld kunnen overzien. Een paar voorbeelden: je bent een honden- of een kattenmens, er is een tijd geweest dat er gesproken werd over 'ons-soort-mensen' en 'ander-soort-mensen', je bent allochtoon of autochtoon. Een jaar of tien geleden sprak de jeugd over 'Anita's' en 'Sjonnies'. En als die termen gebruikt worden, weten we, voelen we aan wat er bedoeld wordt. Door nuances weg te laten maken we ons complexe leven overzichtelijk. Hondenmensen gaan graag naar buiten. Ze trekken er met een maatje op uit en vinden het leuk andere mensen te ontmoeten.

Werkelijkheid is genuanceerder

Kattenmensen zijn meer solitair. Het zijn de introverte genieters. En... is dat waar, is dat de werkelijkheid? Nee! De kern weerspiegelt in veel gevallen een ietsiepietsie van de werkelijkheid. Maar de werkelijkheid is natuurlijk veel genuanceerder. En uitzonderingen bevestigen de regel. Modellen voor



persoonstyperingen kun je, behalve als een vorm van 'in hokjes stoppen' ook zien als een maquette. Architecten gebruiken maquettes om snel een beeld te geven van de werkelijkheid in 'a nutshell', ongenuanceerd, zonder details. Typisch dat we bij het zien van een maquette meteen begrijpen dat die huisjes straks wel degelijk voordeuren hebben, terwijl het ontbreken van nuancerings in persoonstyperingen vrijwel altijd tot discussie leidt.

Jezelf en de wereld om je heen begrijpen

Het probleem van modellen voor persoonstyperingen zit in het gebruik ervan. Geen enkel model is bedoeld om iemand in een hokje te stoppen, dat hokje voorgoed op slot te draaien en de sleutel weg te gooien. Geen enkel model is bedoeld als excuus voor iemands handelen. Een kreet als 'ik kan er ook niets aan doen, ik ben nou eenmaal een watertype' is daar een mooi voorbeeld van.

Hoe dan wel? Ik ben bijvoorbeeld een lucht-vuurtype. Dat betekent dat je mij niet blijer kan maken dan met het bedenken van nieuwe dingen en het zoeken naar mogelijkheden om die te realiseren. Het werkelijk tot in de details uitvoeren ervan is aan mij niet zo besteed. Kortom: als je mij mijn ding laat doen, dan gebeurt er niets. Althans, niets zichtbaars. Natuurlijk heb ik daar in het dagelijks leven best hinder van. De elementenleer heeft mij geholpen die hinder te verminderen. Ik ben heel bewust gedrag van het aardetype gaan 'kopiëren': ik maak to-do-lijstjes en vink ze trouw af. Zo ontstaat er weer rust in mijn hoofd. Of ik betrek anderen bij mijn plannen. Mensen die het leuk vinden om de puntjes op de i te zetten. En dat is precies hoe ik modellen voor persoonstyperingen gebruik: om mijn cliënten een handvat te geven om zichzelf en de wereld om hen heen te begrijpen en ermee om te gaan. Want alleen dán ben je in staat om je eigen 'flow' te creëren en ervoor te zorgen dat jij je 'in je element' voelt.

Elementenleer: de essentie

De elementenleer gaat over vier natuurlijke zaken die we allemaal kunnen waarnemen. Waar we allemaal de eigenschappen van kennen. Het prachtige van dit model is, dat de fysieke eigenschappen van de 4 elementen overeenkomen met de persoonlijke eigenschappen van mensen.

En dat maakt het model als handvat zo eenvoudig te gebruiken. Niet alleen door loopbaancoaches als ik, maar juist ook door de cliënten zelf.

Het element Vuur



Vuur staat voor passie en actie. De basisbehoefte van een vuurtype is plezier hebben en kansen en mogelijkheden zien. Vuur kennen we als warmte, soms heftig vlammend, soms smeulend, altijd in beweging, je aandacht wordt er naar toe getrokken. Datzelfde geldt voor mensen bij wie het element vuur dominant is. Ze kunnen vlammen, zijn energiek, creatief, initiatiefrijk, staan graag in de belangstelling. Ze steken anderen aan met hun enthousiasme.

Vuurtypes hebben een sterke wil. Kunnen fanatiek worden. Omdat ze impulsief zijn, vinden ze het soms lastig om dingen goed te plannen. Ze vergeten wel eens naar anderen te luisteren, kunnen bazig zijn, hebben gebrek aan zelfbeheersing. Bij kritiek kiezen ze de tegenaanval. Problemen worden 'verbrand'. Vuurtypes raken letterlijk oververhit van problemen. Zijn die eenmaal opgelost, dan worden ze ook snel vergeten.

Het element Lucht



Lucht staat voor visie en verlangen. De basisbehoefte is nieuwsgierigheid en onafhankelijkheid. Lucht is overal, ongrijpbaar, grenzeloos, licht en beweeglijk, dringt overal doorheen. Mensen bij wie het luchtelement overheerst houden van ruimte, van vrijheid, willen overal bij zijn, willen alles weten, houden ervan tot de kern door te dringen, zorgen voor overzicht, zijn leergierig. Het zijn snelle denkers met een rappe tong, die zich goed uit moeilijke situaties kunnen praten.

Lucht biedt geen weerstand. Luchttypes leggen dan ook makkelijk contact en kennen veel mensen met wie ze (luchtig!) omgaan. Luchttypes zien snel oplossingen, maar maken niet snel een keuze. Problemen verdampen ze. Door ze te ontvluchten of door er zo uitgebreid over te praten dat er geen probleem meer overblijft.

Het element Water



Water staat voor verbinding en empathie. De basisbehoefte is acceptatie en communicatie. Water vormt zich naar de omgeving, is vloeibaar, neemt de kleur van de omgeving aan. Watertypes hebben die eigenschappen ook. Zij stemmen zich af op de omgeving. Ze zijn empathisch. Passen zich makkelijk aan. Zijn beïnvloedbaar. Ze stralen zachtheid en vriendelijkheid uit. Ze zijn extreem zorgzaam en behulpzaam. Andermans zorgen worden als het ware weggespoeld.

Water is grenzeloos en watertypes hebben dan ook moeite met 'nee' zeggen. Ze voelen zich overal verantwoordelijk voor. Water kan stilstaan, stromen, kolken... Watertypes doen dat ook: zij doorleven alle emoties.

Het element Aarde



Aarde staat voor structuur en beheersing. De basisbehoefte is veiligheid en zekerheid. Aarde is vast, heeft een stevige structuur. Je ziet duidelijke grenzen. Het voelt zwaar aan. Is behoorlijk stabiel. Datzelfde geldt voor aardetypes: ze zijn nauwkeurig, houden van zekerheid, duidelijkheid, hebben oog voor details en voor risico's en lijken daardoor soms wat zwaar op de hand.

Aardetypes zijn stabiel en standvastig, nuchter en vastberaden. Ze hebben emoties onder controle. Het zijn mensen 'uit één stuk', soms een brok graniet waarin gevoelens diep verborgen zitten. Het zijn doorzetters die moeilijk afwijken van de ingeslagen weg. Zoals aarde de vaste grond onder je voeten is, zo zijn ook aardetypes: je kunt er letterlijk en figuurlijk 'op bouwen'.

Mengtypes

Oké, tijd om de hokjes wat te verruimen. Want: nooit kom je iemand tegen die 100% één element 'is'. Elk mens is een mengeling van de vier elementen. De verhoudingen verschillen per mens. In het algemeen zullen twee van de vier elementen overheersen.



Laten we ze maar eens doornemen. Misschien krijg je alleen al op basis van de beschrijving een gevoel over wat bij jou past.

Vuur – Lucht

Zijn deze elementen bij jou dominant, dan heb je de trekken van een idealist. Je hebt grootste plannen. Je bent gedreven. Spontaan, onafhankelijk, doelgericht en besluitvaardig, dat zijn eigenschappen die anderen in jou zien. Je kunt ook fanatiek zijn, kortzichtig en solistisch. Je hebt een hekel aan alles wat lijkt op luiheid, zinloosheid en saaiheid.

Lucht – Water

Als deze elementen dominant zijn, dan lijkt je wat weg te hebben van een politicus. Een mooie combinatie van slimheid en met mensen om kunnen gaan. Tactvol, breed ontwikkeld en communicatief vaardig op verschillende niveaus. Je bent behoedzaam en relatiegevoelig. En je kunt indirect, besluiteloos en afwachtend zijn. Je hebt een hekel aan botheid en aan kwaarmoedigheid.

Water – Aarde

Een realist, zo zullen mensen jou typeren. Je kunt goed omgaan met heel verschillende mensen. Ordelijk, betrouwbaar, behulpzaam en serieus. Dat zijn waarschijnlijk jouw kernkwaliteiten. Je bent geen dromer. Iets moet in de praktijk haalbaar zijn, anders verdient het jouw aandacht niet. Soms kun je pietluttig en tobberig zijn. Egoïsme en gemakzucht... daar kun jij je mateloos aan ergeren.

Aarde – Vuur

Je bent het type ondernemer. Je wilt vanuit een innerlijke drang iets concreets op de wereld zetten. Een echte doener. Geen geklets, gewoon actie. Je bent doelgericht en besluitvaardig. Je hebt moed

en bent strijdlustig als het nodig is. Impulsiviteit en kortzichtigheid zijn misschien aandachtspunten. Je hebt een hekel aan lafheid, gelatenheid en schijnheiligheid.

Vuur – Water

Wat oneerbiedig wordt dit type mens wel eens een vliegend projectiel genoemd. Mensen komen nogal eens voor verrassingen te staan in jouw aanwezigheid. De ene keer kies je duidelijk voor jezelf. De andere keer gooi je alle eigen behoeften aan de kant en pas jij je aan. Je bent relatiegevoelig, optimistisch en moedig. Maar ook weleens impulsief en ongedisciplineerd. Doemdenken, daar ben je allergisch voor.

Lucht – Aarde

Hier hebben we te maken met een 'zuil'. Een praktische denker die, eenmaal een standpunt ingenomen, niet makkelijk van richting zal veranderen. Denken gaat bij jou sneller dan voelen. Je bent ordelijk, hebt een grote mate van zelfdiscipline en bent beschouwend. Je bedenkt iets en voert het uit. Je kunt strikt en geobsedeerd overkomen. Gemakzucht en wispelturigheid, daarvan moet je niets hebben.

Kun jij jezelf nog niet helemaal plaatsen? Wil je graag weten welk type jij bent? Doe dan deze korte maar pittige test!

Zo doe je deze test goed:

Omcirkel bij elk nummer de eigenschap die nu het meest op jou van toepassing is. Als je geen keuze kunt maken, bedenk dan dat toch één eigenschap iets meer dan de andere drie bij jou past.

Omcirkel vooral de eigenschap die er nu is, dus niet die eigenschap die je graag bij jezelf zou zien.

- | | | | | | |
|----|---------------------------------------------------------------------------|----|---------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------|
| 1. | A. Wilskrachtig
B. Vrijheid
C. Gevoelig
D. Zekerheid | 2. | A. Overtuigend
B. Speels
C. Volgzaam
D. Ordelijk | 3. | A. Direct
B. Plezierig
C. Diepgaand
D. Betrouwbaar |
| 4. | A. Zelfverzekerd
B. Onafhankelijk
C. Vriendelijk
D. Gereserveerd | 5. | A. Vastberaden
B. Openhartig
C. Zacht
D. Onpartijdig | 6. | A. Energiek
B. Verfrissend
C. Behulpzaam
D. Discreet |
| 7. | A. Leider
B. Spontaan
C. Vredelievend
D. Doorzetter | 8. | A. Gedreven
B. Vrolijk
C. Begrijpend
D. Respectvol | 9. | A. Zelfbewust
B. Inspirerend
C. Geduldig
D. Goedgemanierd |

- | | | | | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------|
| 10. | A. Idealist
B. Contactrijk
C. Kalm
D. Volhouder | 11. | A. Doelgericht
B. Nonchalant
C. Verdraagzaam
D. Concreet | 12. | A. Vurig
B. Populair
C. Rustig
D. Stabiel |
| 13. | A. Enthousiast
B. Relativerend
C. Meegaand
D. Wetenschappelijk | 14. | A. Strijdlustig
B. Tolerant
C. Luisterend
D. Precies | 15. | A. Doordrijver
B. Zorgeloos
C. Romantisch
D. Planmatig |
| 16. | A. Kritisch
B. Alert
C. Dagdromer
D. Onpartijdig | 17. | A. Veeleisend
B. Snel tevreden
C. Stil
D. Rechtvaardig | 18. | A. Kwaliteitsgericht
B. Beweeglijk
C. Verwonderend
D. Traditiegetrouw |
| 19. | A. Hoge moraal
B. Sportief
C. Fijn besnaard
D. Harde werker | 20. | A. Plichtsbewust
B. Ongecompliceerd
C. Vreedzaam
D. Vastberaden | 21. | A. Geëngageerd
B. Ruimdenkend
C. Gevoelsmatig
D. Rechthout |
| 22. | A. Politiek bewust
B. Scherpzinnig
C. Symbolisch
D. Plichtsgetrouw | 23. | A. Hartstochtelijk
B. Verleider
C. Minzaam
D. Eergevoel | 24. | A. Wereldverbeteraar
B. Genieter
C. Ingetogen
D. Honkvast |

Zó bereken je jouw uitkomst: Tel hoe vaak je een A, B, C en D hebt omcirkeld, en noteer dat aantal hieronder.

..... x A (Vuur) X B (Lucht) X C(Water) X D (Aarde)

En nu: van type mens naar 'wat kan ik er mee'

De 2 hoogste scores geven de 2 elementen weer die bij jou het meest dominant aanwezig zijn. De 2 elementen die jouw 'natuurlijk gedrag' vormen. 'In je element zijn' betekent dat je werk zoekt dat past bij de combinatie van jouw 2 elementen. Dat je een omgeving zoekt die jou voedt. En... 'in je element zijn' betekent ook dat je de verhouding tussen de vier elementen in jou in balans brengt. Want de meest evenwichtige persoon heeft alle elementen in zekere mate ontwikkeld. Ga voor jezelf eens na welke van de ondergeschikte elementen jij wat verder kunt ontwikkelen. Kies haalbare doelen, kleine stapjes. Heb je weinig 'aarde', werk dan eens met to-do-lijstjes. Weinig vuur? Neem je eens voor om in het weekend iets te doen waar JIJ zin in hebt, zonder je te laten afleiden door anderen. Weinig water? Bel die vriend of vriendin eens op die het op dit moment moeilijk heeft en vraag wat je kunt betekenen. Weinig lucht? Maak eens een plan. Bijvoorbeeld: wat wil je over 5 jaar gerealiseerd hebben?

Elementen en beroepen



Het gaat te ver om hier een soort beroepengids op te nemen. Toch kan ik me voorstellen dat je benieuwd bent aan wat voor soort beroepen je kunt denken bij de verschillende elementen. Let op: het zijn dus maar voorbeelden.

- Bij de **vuurtypes** vind je ondernemers, uitvinders, cabaretiers, ontwerpers, reclamemakers. Alle beroepen waarin je jezelf laat zien, waarin je creatief bezig kunt zijn en 'je eigen ding kunt doen'.
- Veel voorkomende beroepen voor **watertypes** vind je in de zorgsector en in de dienstensector. Beroepen waarin je anderen helpt, op wat voor manier dan ook.
- Typische beroepen voor **luchttypes** zijn beroepen waarin je veel kunt praten en onderzoeken (journalisten, presentatoren, interviewers), beleidsontwikkelaars, strategen, advocatuur, verkoop, diplomaten/politici.
- Beroepen die passen bij **aardtypes** zijn: administrateur, financiële beroepen, verzekeringen, ambachtelijke beroepen, procesbewaker.

Tenslotte

Met dit whitepaper heb ik je duidelijk willen maken hoe jij je met eenvoudig model bewust kunt worden van je kwaliteiten en de richting waarin jouw loopbaan zich zou kunnen ontwikkelen. Soms zijn die eenvoudige 'weetjes' voldoende om verder te komen. Soms heb je iets meer nodig. Is dit voor jou dé eye-opener geweest waarmee je een volgende stap kunt zetten in je leven, in je huidige baan of op weg naar een volgende baan: van harte gefeliciteerd! Ik wens je heel veel succes en inspiratie bij het zetten van die stap(pen) en heel veel plezier, geluk, voldoening en energie in je werk.

Ben je al aardig wat wijzer geworden maar kun je nog wat extra hulp gebruiken? Bel of mail mij gerust. Ik help je graag verder.

Hanny Herremans



Wommelgemhof 13 - 4826 GV Breda

I: www.eb-vloed.com - E: info@eb-vloed.com

Mob. 06 81 90 79 40