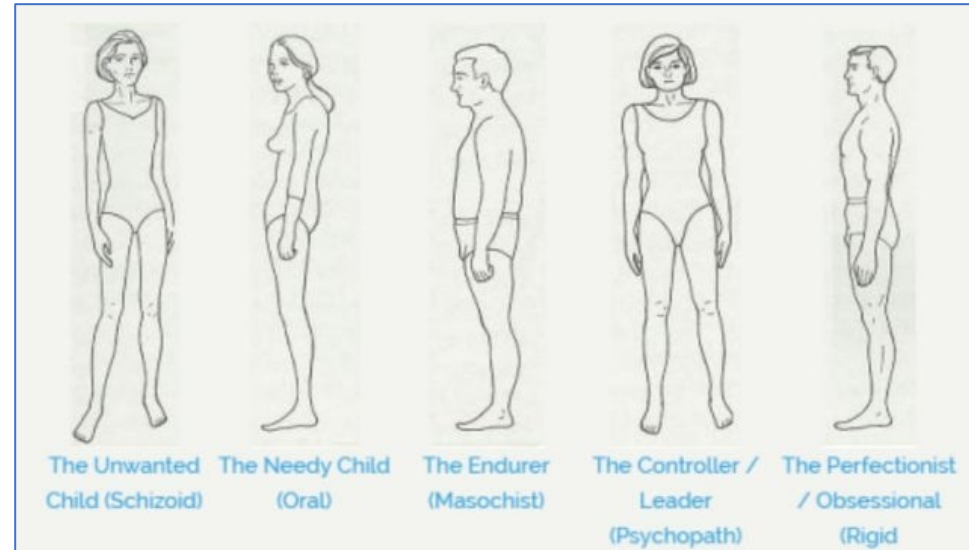
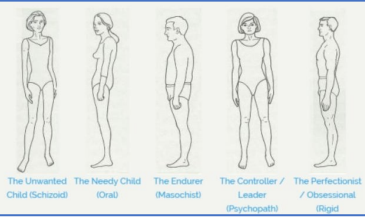




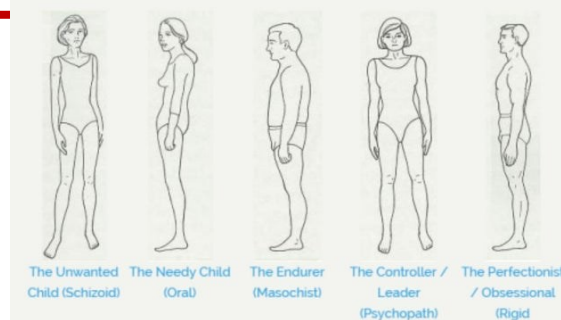
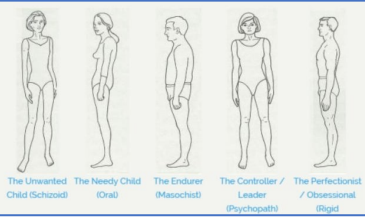
## **Webinar 36. Psychologie & Typologie**

### **7. Karakterstructuur overwinnen**

**Wat voor type ben je? Wat kun je er mee of aan doen?**

**Robert Muts, osteopaat D.O., mesoloog D.M. MSC.**

**Voor patiënten & zorgverleners**



## Webinar 36. Psychologie & Typologie. 7. Karakterstructuren

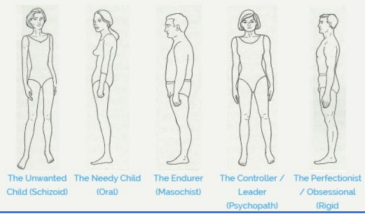
**Wat voor type ben je? Wat kun je er mee of aan doen?**

SPREKER: **Robert Muts** is directeur van het **Integraal Medisch Centrum** in Amsterdam en directeur van het College voor **Osteopathie Sutherland** en de **Academie voor Mesologie**.



**Vragen via Email → [webinarsimc@gmail.com](mailto:webinarsimc@gmail.com)**

**We schetsen in dit seminar de complementair geneeskundige aspecten.  
Alleen algemene uitspraken → ieder individu apart onderzoeken & behandelen**



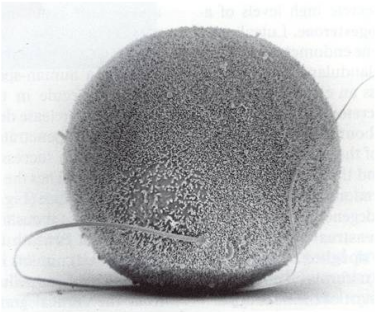
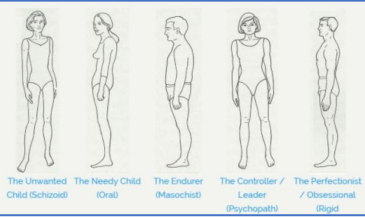
## Webinar-36: Psychologie & Typologie: 7. Karakterstructuren overwinnen

**Mens = EENHEID met functie binnen eigen constitutie**

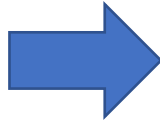


- Zienswijzen
- Brillen kijken
- Schaduwen van één ondeelbare EENHEID

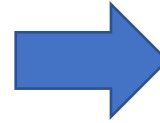




Ondeelbare  
EENHEID



9 maanden  
ontwikkeling



Lichaam  
Psyche  
Mentaliteit  
Energie  
Filosofie

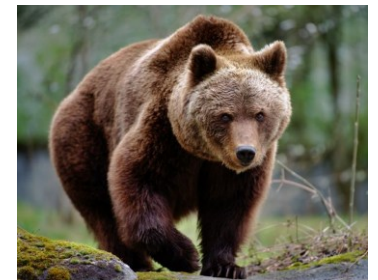
Ectomorf



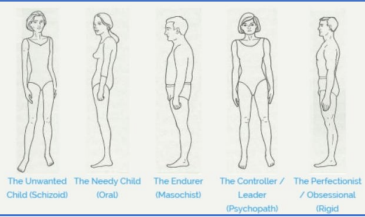
Mesomorf



Entomorf

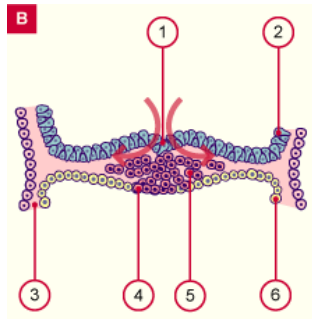


- Verschillende aspecten van het bestaan
- Gezondheid = functie binnen eigen grenzen



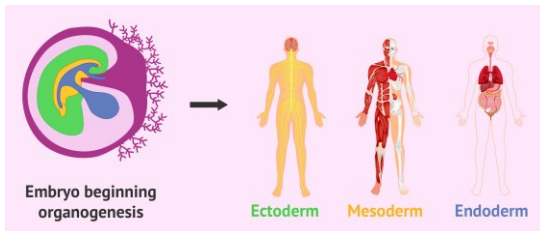
## Schematisch

### Embryologie week 3



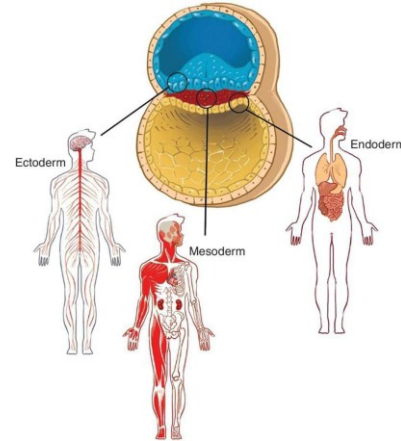
#### typologie

- Ectomorf
- Mesomorf
- Entomorf



**Erfelijk, overgedragen**

### Embryologie week 4 - 38



#### persoonlijkheid

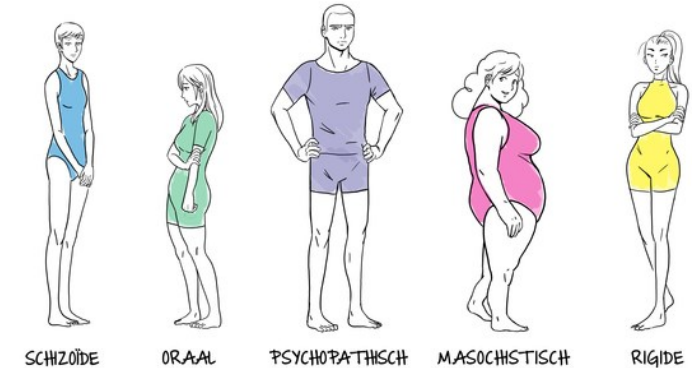
- Avonturier
- Rechter
- Zoeker
- Magiër
- Bemiddelaar

**Ontwikkeld, survival of talent**

### Latere

- Gebeurtenissen, trauma's
- Omstandigheden
- Cultuur & Religie
- Partner, enz.

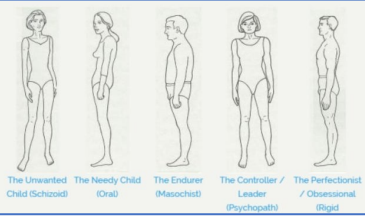
### Leven groeistappen: 0-5 jaar



#### Karakterstructuren

- Schizoïde
- Oraal
- Psychopaat
- Masochist
- Rigide

**Ontstaan, 'overwinbaar'**



**Ectomorf**

Katabolisme ↑ **Uitgesproken ectoderm** (zenuwstelsel)



Ectomorf = Vata = Hert

**Marathonloper**

**Mesomorf**

Metabolisme ↑ **Uitgesproken mesoderm** (BW, afweer)

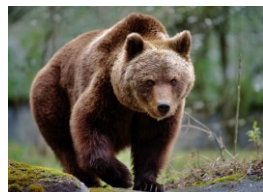


Mesomorf = Pitta = Wolf

**Bodybuilder**

**Entomorf**

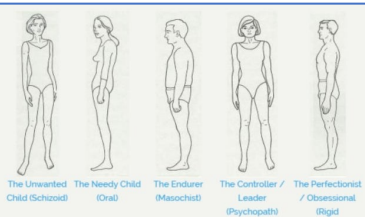
Anabolisme ↑ **Uitgesproken entoderm** (TGI, TR, etc.)



Entomorf = Kapha = Beer

**Worstelaar**





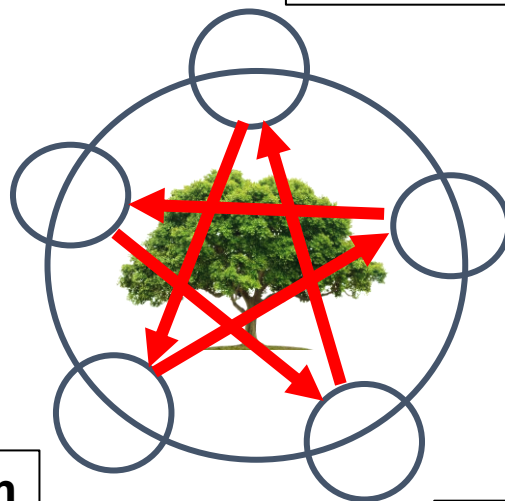
**5 basale elementen in de natuur**



**Capaciteit**



**Equilibrium**



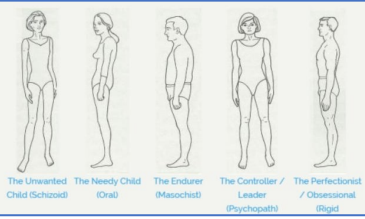
**Metamorfose**

**Stabilliteit**

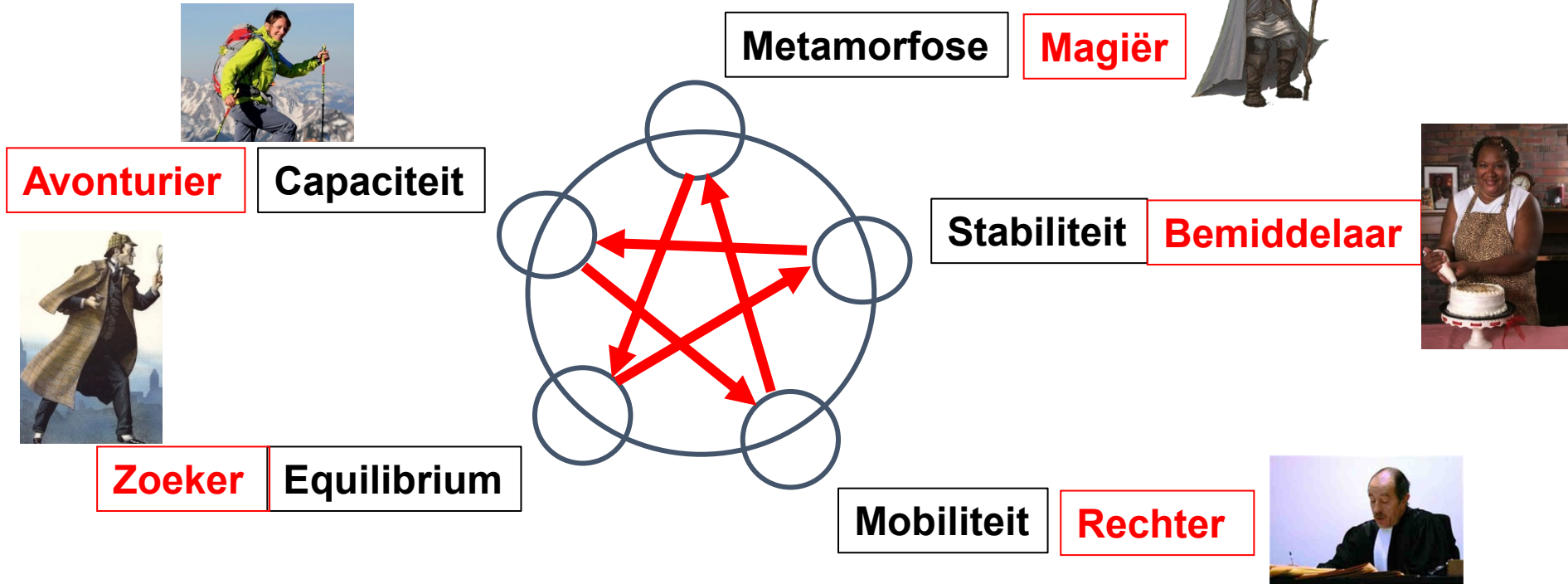


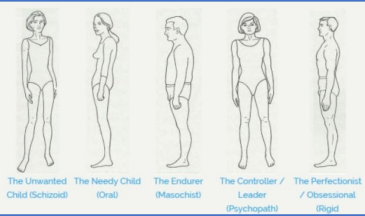
**Mobiliteit**





**5 basale elementen in de natuur**

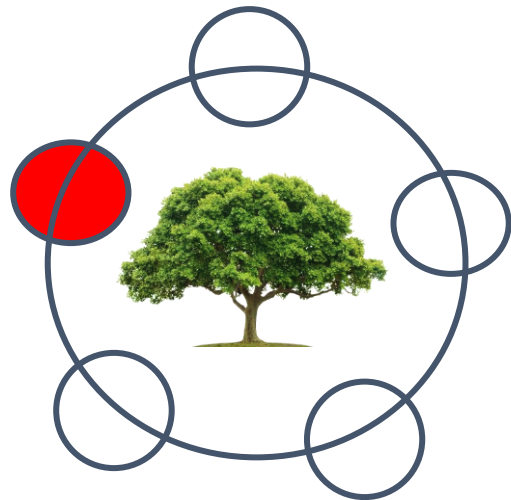




## Capacitas

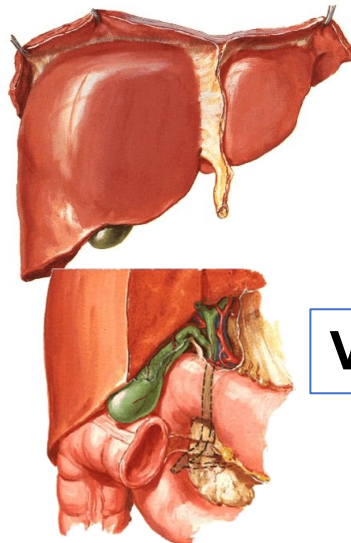


Capaciteit is de **potentie**, het vermogen iets te worden. In het zaadje zit de boom en zit het bos, zegt de Ayurveda.  
Capacitas = oerkracht, de levenswil, de **vitaliteit**, het wezen, het oorspronkelijk van ieder individu, de groei, het avontuur.



### De avonturier

**Uitdaging** → strijder (→ door regels & structuren ↓)  
Vrijheid, altijd bereid **over zijn grenzen** te gaan.  
Bevrediging: Missie met succes doorgevoerd



**Hepar = ik ben mezelf**

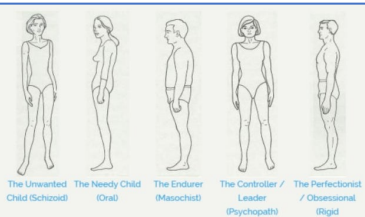
**V. Fellae = ik kan het zelf**



**Grenzen → vrijheid ↓**



**Sport, Spel & Spanning ↑**

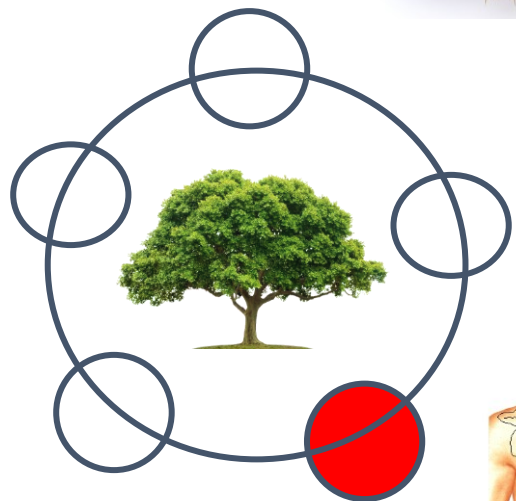


## Mobilitas



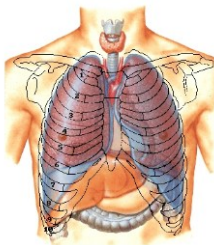
Mobilitas is de **beweging**, de drijvende kracht, de ademhaling, de wind. Iedere cel is in beweging, iedere **cel ademt**, alles wat leeft ademt en brengt stoffen in beweging.

Mobiliteit is ook het vermogen om **actie** te ondernemen, de energie om in beweging te komen, actief in het leven te staan, om je aan te passen (survival of the fittest), **om te kunnen veranderen**.



### De rechter

Reduceert alles tot **vorm en functie**, = feiten & onderzoek  
Kracht → onderscheid goed en fout.  
Levensbehoudend voor het bestaan van de mensen



**Pulmones: Ik ben geïnspireerd**



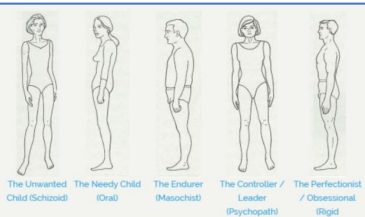
**Colon: helder denken zonder shit.**



**Faalangst.  
Fout ≠ perfect !**



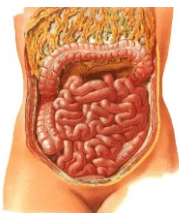
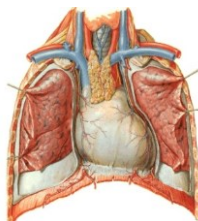
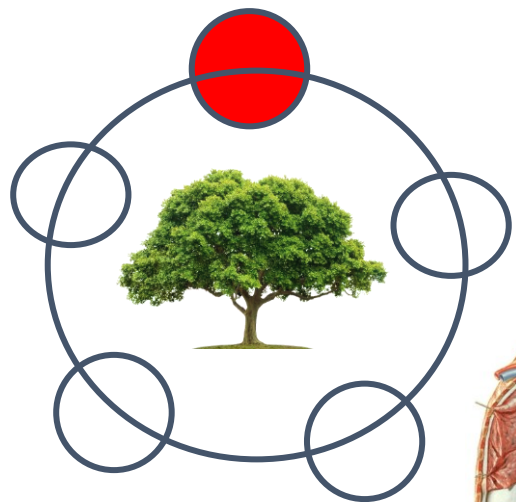
**Aarding &  
contact**



# Metamorphosis



Metamorfose is de **verandering**, het vuur, de passie, de omvorming, de **aanpassing aan de omgeving**. Het vermogen om stoffen uit te wisselen: de stofwisseling, de afwisseling. Om iets nieuws te kunnen worden, moet het oude verdwijnen, zoals de vlinder de cocon achter zich laat. Opwindend, fascinerend, magisch. **Verandering leidt tot evenwicht**



## De magiër

**Brug tussen het wereldlijke en het goddelijke.**

Verbindt **als een dirigent**: → afzonderlijke muzikanten → orkest.  
Communicatie: **Meester van het woord**, overtuigingskracht.



**Cor: in ben blij (hartstocht)**

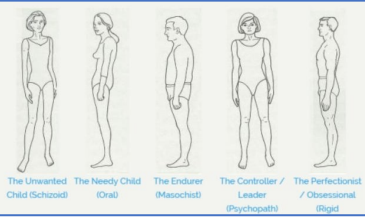


**Verslaving = valkuil**  
**Nervus, onzeker, realiteit ↓**

**Intestinum: ik heb passie**



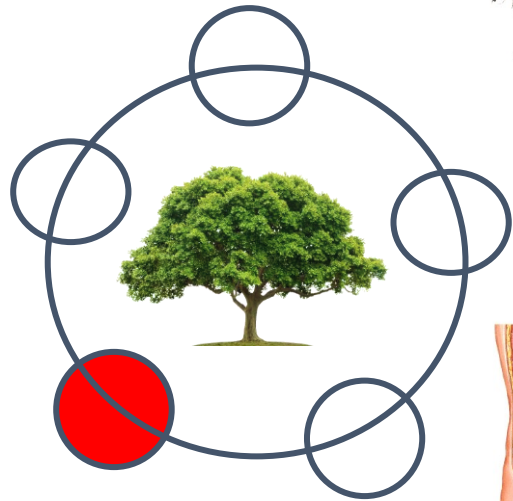
**Yoga, meditatie**  
**Sport met show-element**



## Equilibrium

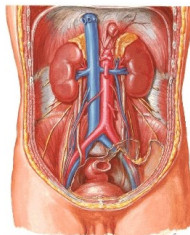


Equilibrium is het **evenwicht**, de balans, de homeostase. Het water dat iedere vorm kan aannemen, maar in wezen niet veranderd. De **bron van het leven**, de wilskracht, de **drijfveer** en het talent, het uithoudingsvermogen en de volharding. Het onbewuste; stille waters hebben diepe gronden; het ware zelf en de bezinning. De **balans is de voorwaarde om te kunnen aarden**.



### De zoeker

Inzichten zijn origineel, innovatief en begenadigd, geen doener. De zoeker zoekt naar de **waarheid**. Hij heeft veel vrijheid nodig en geeft anderen ook veel ruimte.



**Ren = ik volg mijn eigen weg**



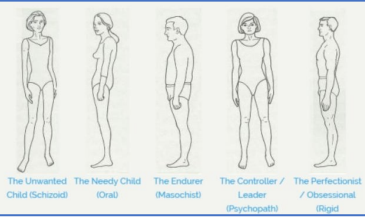
**Levensvragen → zoektocht  
Eigen wereld (wereldvreemd)**



**V. Urinaria = ik heb mijn eigen plek**



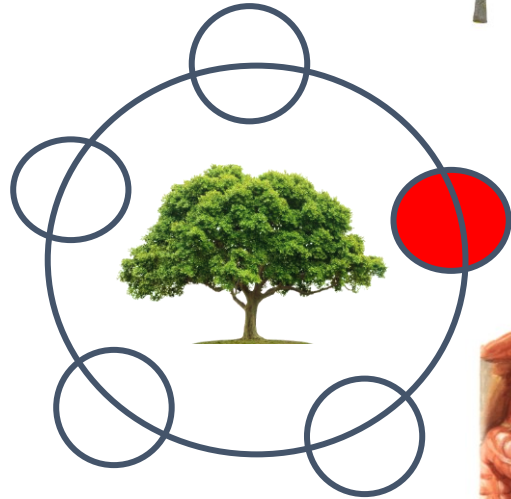
**Alleen, geen team  
Tai Chi, Qi Gong**



## Stabilitas



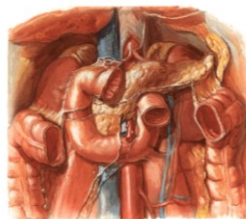
Stabilis is de **vaste grond**, de stabiliteit, het rustpunt, de aarde. Het staat voor de zekerheid, **de duurzaamheid**, de basis, de verankering, de **wortels in de aarde**. Het vertegenwoordigt de rust en tevredenheid van het leven; de harmonie als middelpunt. Het is gericht op verbondenheid en belangeloze liefde; **de voorwaarde voor een nieuw begin: capacitas**.



### De bemiddelaar

**Tradities, gewoonten en verbinding.**

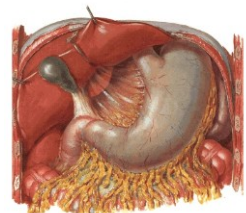
Oorspronkelijke **intuïtie** (spijker op zijn kop slaan).  
**kuddedier, loyaliteit**, weg naar tevredenheid,



**Pancreas: in ben  
geconcentreerd (focus)**



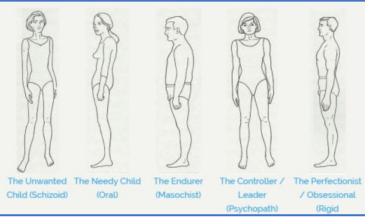
**Moeder : kan niet los laten  
Vrede = ontevreden**



**Gaster: ik kan het niet alleen**



**Wandelen, fietsen (samen)  
Spieren versterken**



## Groeistappen: 0 – 5 jaar

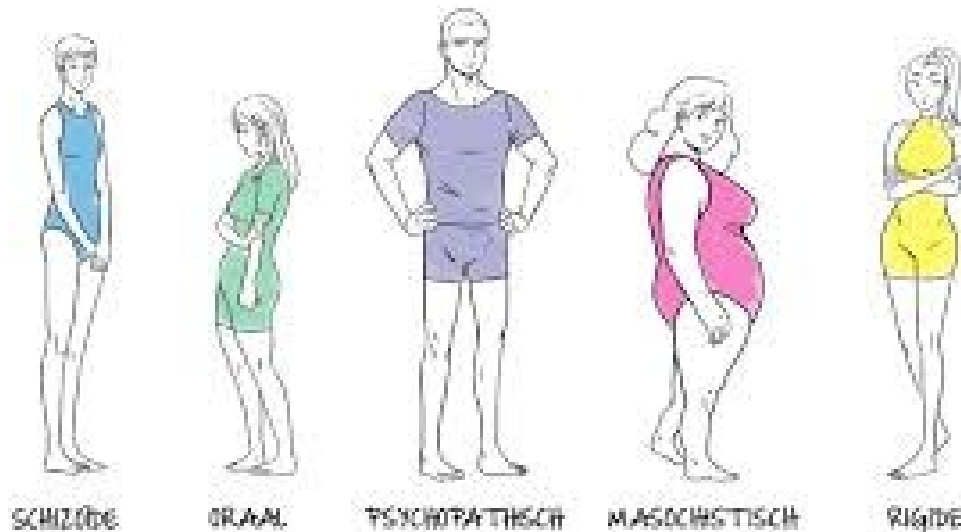
Recht op **bestaan** (levensbegin) → schizoïde karakterstructuur

Recht op **behoefte** (voeding) → orale karakterstructuur

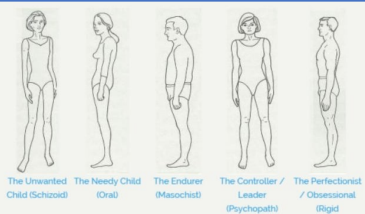
Recht op **onafhankelijkheid** (zelf doen) → psychopathische karakterstructuur

Recht op **vrijheid** (eigen leven) → masochistische karakterstructuur

Recht op **liefde** (geborgen en erkenning) → rigide karakterstructuur



**Samen  
Natuurlijk  
Beter**



Web-36:  
Psycho-Types  
**7. Karakter**

**5 basale elementen in de natuur**



ik kan het zelf

**Galblaas**

**Capaciteit**

**Moed / Daadkracht**

**Lever**

**Vrijheid**

ik ben mezelf

ik volg mijn eigen weg

**Nier**

**Equilibrium**

**Blaas**

ik heb mijn eigen plek

**Wilskracht / Drijfveer**

**Onafhankelijkheid**



**Metamorfose**

**Hart**

in ben blij (hartstocht)

**Dunne Darm**



**Maag**

ik kan het niet alleen

**Stabiliteit**

**Concentratie / Verzorgen**

**Pancreas**

ik ben geconcentreerd (focus)

**Long**

Ik ben geïnspireerd

**Mobiliteit**

**Dikke Darm**

helder denken zonder shit.



**Juiste Oordeel / Hier en nu**

**Bestaan**

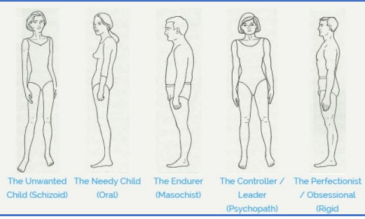
**Liefde**

**Vreugde / Enthousiasme**

ik heb passie



**Behoefte**



## Groeistappen: 0 – 5 jaar

ONTSTAAAN

Recht op **bestaan** (levensbegin) → schizoïd

**Juiste Oordeel / Hier en nu**

Recht op **behoefte** (voeding) → oraal

**Concentratie / Verzorgen**

Recht op **onafhankelijkheid** (zelf doen) → psychopaat

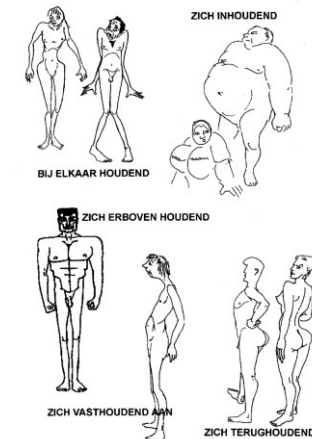
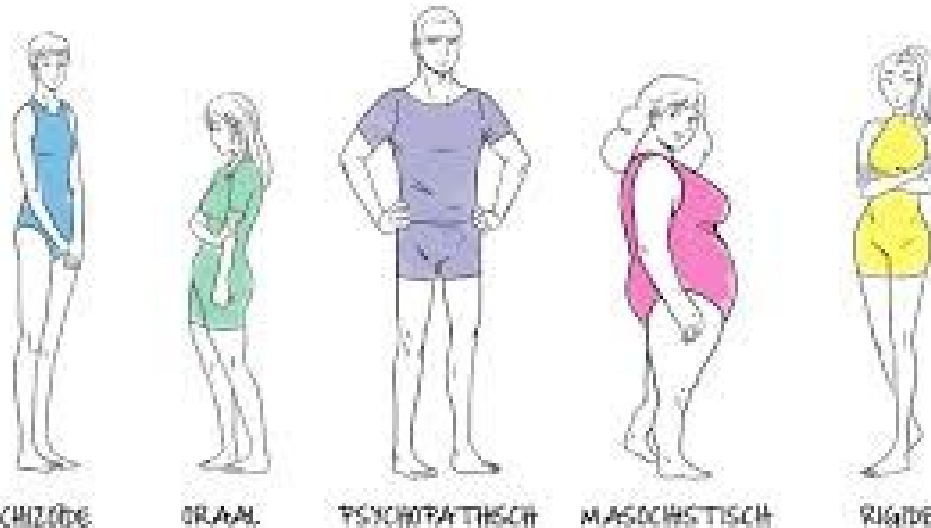
**Wilskracht / Drijfveer**

Recht op **vrijheid** (eigen leven) → masochist

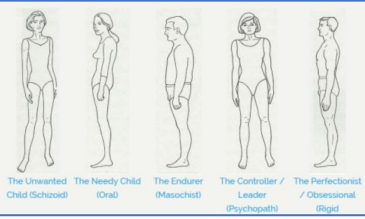
**Moed / Daadkracht**

Recht op **liefde** (geborgen en erkenning) → rigide

**Vreugde / Enthousiasme**



**Samen  
Natuurlijk  
Beter**



## Web-36: Psycho-Types 7. Karakter

### 5 basale elementen in de natuur

#### ZELF-BEWUSTZIJN

Vrijheid → masochist  
(Verdrager)

3 – 5 jaar

Moed /  
Daadkracht

Capaciteit

2½ – 4 jaar

Onafhankelijk →  
psychopaat (Uitdager)

Equilibrium

Wilskracht / Drijfveer

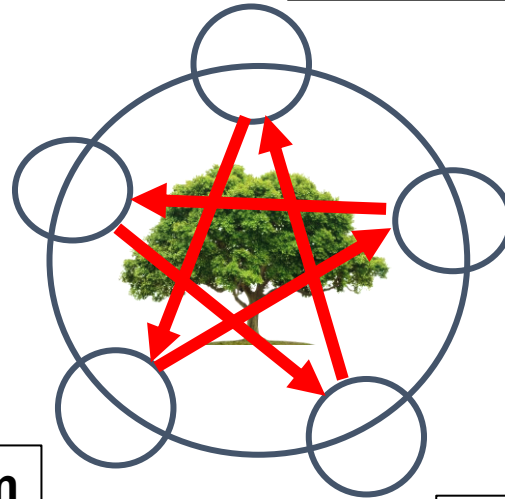
#### IK-BEWUSTZIJN

Liefde → rigide (Prestatie)

4 – 7 jaar

Vreugde / Enthousiasme

Metamorfose



Stabiliteit

Concentratie /  
Verzorgen

Geboorte – 2 jaar

Behoefte → oraal (Beminnaar)

#### BEWUST-ZIJN

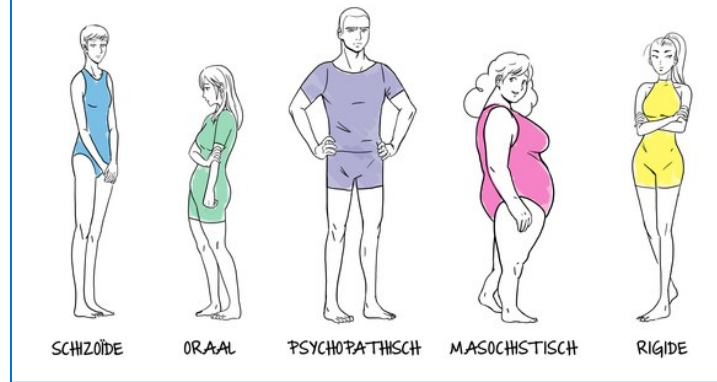
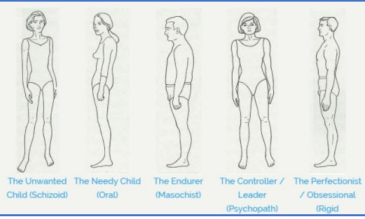
Conceptie - ½ jaar

Mobiliteit

Bestaan → schizoid (Creatieve)

Juiste Oordeel / Hier en nu

#### ZIJN



## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

ONTSTAN

Recht op **bestaan** (levensbegin) → schizoïde karakterstructuur  
creëert eigen wereld

**ZIJN**

Positieve naam: **creatieve structuur**

Schrijver, journalist, acteur, kunstenaar,  
onderzoeker, kluizenaar

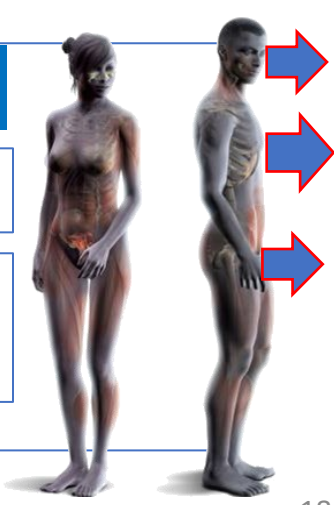


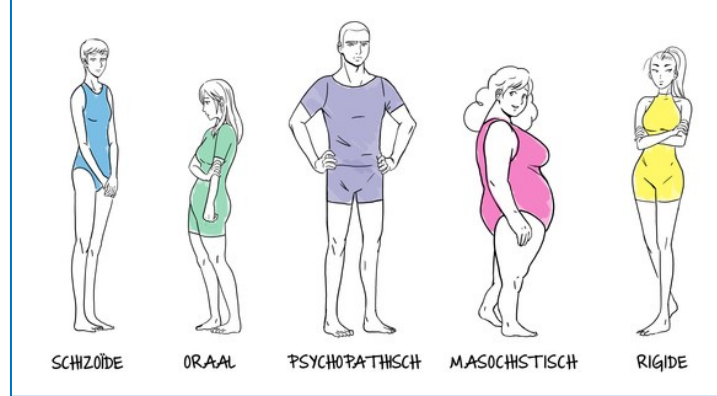
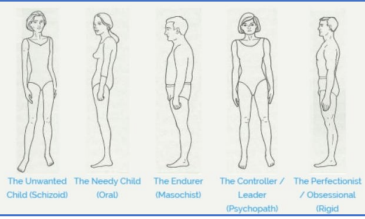
Recht op **behoefte** (voeding) → orale karakterstructuur  
rupsje nooit-genoege → (ver)zorgen

**BEWUST-ZIJN**

Positieve naam: **beminnaars structuur**

Dienstverlenend: horeca, ziekenhuis,  
verzorgende beroepen, onderwijs.





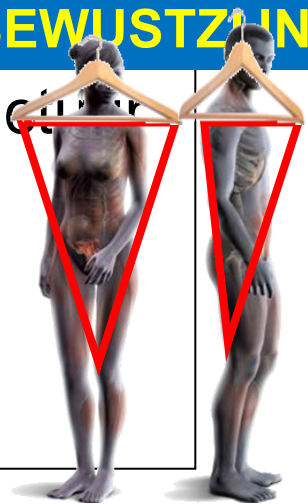
## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

### IK-BEWUSTZIJN

Recht op **onafhankelijkheid** (zelf doen) → psychopathische karakterstructuur  
ik besta → zelfstandig → strijd

Positief: **uitdager / verdediger structuur**

Politiek, bedrijfsleven, chirurg.  
Hoofd van de afdeling (lonely at the top)



### ZELF-BEWUSTZIJN

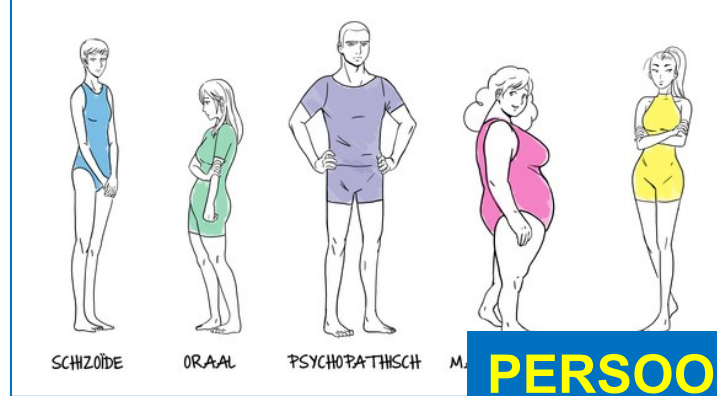
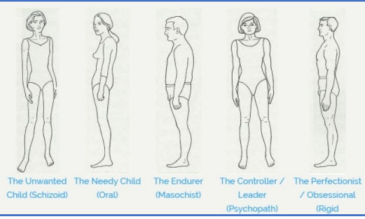
Recht op **vrijheid** (eigen leven) → masochistische karakterstructuur  
ik ben mezelf & ik ben vrij

Positief: **verdrager structuur**

Zakenleven, makelaar, huisarts,  
Betrouwbare werknemer



ONTSTAAAN



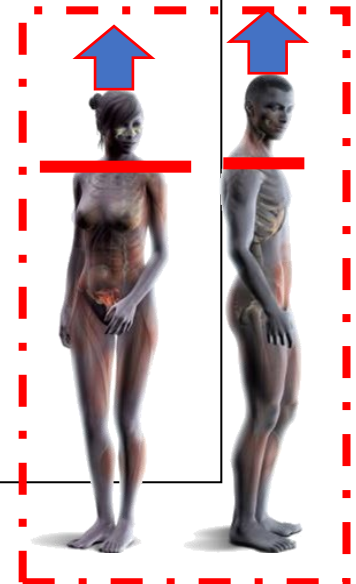
## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

## PERSOONS-BEWUSTZIJN

Recht op **liefde** (geborgen en erkenning) → rigide karakterstructuur  
in evenwicht, begeistert

Positief: **prestatiegerichte structuur**

Politiek & bedrijfsleven, mode & film,  
medisch specialist,  
Werkgever of liever de tweede persoon.



Beste manier → vragenlijst → 80 vragen

ONTSTAN

Integraal Medisch Centrum BV  
Conventweg 145-153  
1014 BL Amsterdam  
Tel: +31 20 682 77 88  
Email: info@imc-amsterdam.nl  
Website: www.imc-amsterdam.nl  
Bank: NL30 INGB 0067 731 896



### Vragenlijst Karakterstructuur

Lees deze informatie aandachtig door, voordat je de test gaat maken. Vul de test in hoe je je zelf ziet, niet wat je wilt bereiken en hoe je gezien wilt worden!

- Er is geen tijd gebonden.
- Lees de vragen rustig en geef na elke vraag je waardering die op jou van toepassing is.
- De test is geen prestatie.

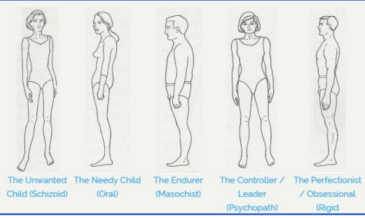
De mate waarin een stelling op jou van toepassing is, geef jij een waardering aan. De waardering is opgebouwd van cijfers van 0 tot 10. 0 is een lage waardering 10 is de hoogste waardering. Omcirkel de waardering hoe jij je zelf ziet.

**Voorbeeld:** ik ben 's ochtends vrolijk. 0 2 4 6 8 10  
Steil je ziet jezelf als een redelijk vrolijk ochtend mens, omcirkel je bijvoorbeeld nummer 8.

Na het invullen van alle 80 vragen, vul je de score in op het formulier dat volgt op de test.  
Daarna bij iedere kolom de cijfers van de vragen optellen en bij de score invullen.  
Je kunt het percentage (%) berekenen: tel de 5 scores bij elkaar op en deel elke kolom door de optelsom gedeeld door 100. Bijvoorbeeld totaal 412 → delen door 4,12.

### De test

- |                                                                                  |              |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1. Ik voel mij er vaak niet bij horen.                                           | 0 2 4 6 8 10 |
| 2. Ik kan moeilijk alleen zijn, want dan voel ik mij leeg en verlaten.           | 0 2 4 6 8 10 |
| 3. Ik ben vaak wantrouwig over de bedoeling van anderen.                         | 0 2 4 6 8 10 |
| 4. Ik wil aardig graag gevonden worden en stoor mij daarvoor uit.                | 0 2 4 6 8 10 |
| 5. Ik krijg aandacht als ik prestaties lever.                                    | 0 2 4 6 8 10 |
| 6. Ik heb liever een huis vol boeken, kunst en cd's dan een dure auto.           | 0 2 4 6 8 10 |
| 7. Ik vergelijk mijzelf vaak met andere mensen.                                  | 0 2 4 6 8 10 |
| 8. Ik laat mij niet kennen, ook al verrek ik van de pijn.                        | 0 2 4 6 8 10 |
| 9. Ik vind het moeilijk om mijn diepste gevoelens te uiten.                      | 0 2 4 6 8 10 |
| 10. Ik zorg altijd dat ik er netjes en tot in de perfectie uitzie.               | 0 2 4 6 8 10 |
| 11. Ik vraag vrienden niet te helpen bij mijn probleem, erom lachen is al genoeg | 0 2 4 6 8 10 |
| 12. Ik hou van winkelen met een vriend(in).                                      | 0 2 4 6 8 10 |
| 13. Ik los te veel op met mijn wilskracht.                                       | 0 2 4 6 8 10 |
| 14. Ik vermijd ruzies en confrontaties.                                          | 0 2 4 6 8 10 |
| 15. Ik heb succes in het leven en voel mij prima.                                | 0 2 4 6 8 10 |



## Eerste levensbehoefte: bestaan

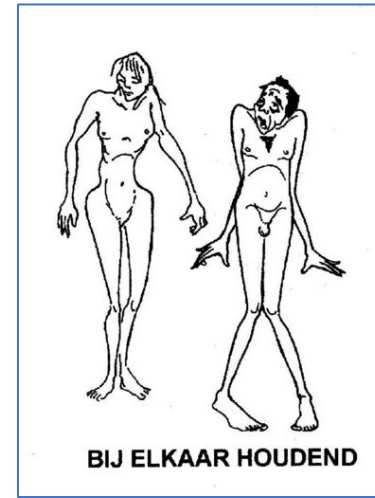
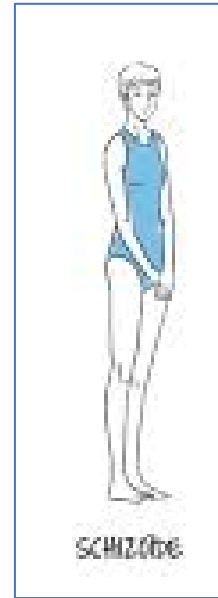
Hier & nu, mogen zijn, acceptatie → Zijn

In – Carnatie, In – Spiratie (begeesterd)

**Schizoid (creatieve):** Ik besta, maar ik ben niet thuis  
**Kom van Mars en ben groen met antennen**

Ik ben niet van deze wereld → creëer een wereld.  
→ Vluchten in het hoofd = eigen wereld.

- Eigen wereld = hoofd fantasie
- geen lichaamsgevoel
- geen betrekking
- geen winstbejag (vertrouwen)
- Scheidsrechter
- Helicopter



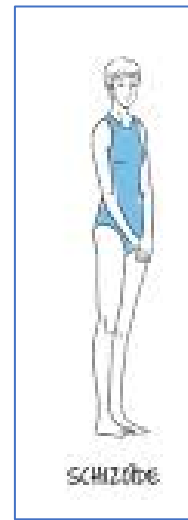
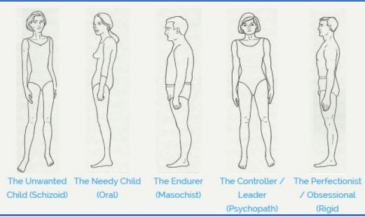
Oogcontact ↓

**ZIJN**

Dun  
Bleek

Wankel  
Stabiliteit ↓





## Eerste levensbehoefte: bestaan

**Schizoid:** Ik besta, maar ik ben niet thuis

*Uit eten: 'wat neem jij?', Weekend: 'waar heb jij zin in?'*

1. Je kunt niet voelen wat je wilt
2. Je bent afhankelijk van anderen (toestemming nodig)
3. Kan afgewezen worden → onzeker

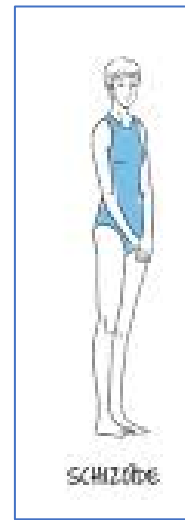
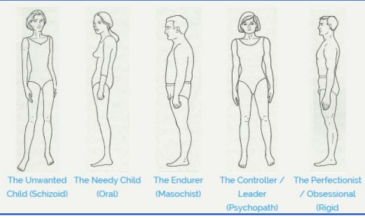
Nooit rechtstreeks 'nee' zeggen (je weet niet waarom)  
→ Vaak instemmen, maar onderhuids 'dwarsbomen'.

**Valkuil:** wel weten wat je NIET wil,  
niet weten wat je WEL wil

**Verloren in de aanpassing.  
Geen regie van binnenuit.**

**Zelfbeeld:** welwillend, loyaal, anderen tot steun en voortdurend aanpassen  
**Ander beeld:** niet duidelijk, dubbele signalen, wie ben je nou eigenlijk?





## Eerste levensbehoefte: bestaan

**Schizoid:** Ik besta, maar ik ben niet thuis



**Zelfbeeld:** steun, trouw, helpen, begrip,  
→ doen wat de ander wil  
**= veiligheid zoeken**

**Wat wil de ander?**

op jezelf staan, kleur bekennen,  
grenzen aangeven, duidelijkheid

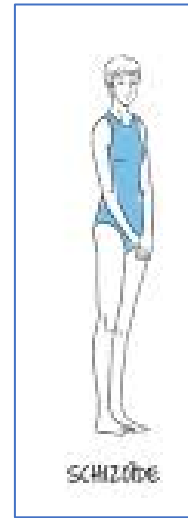
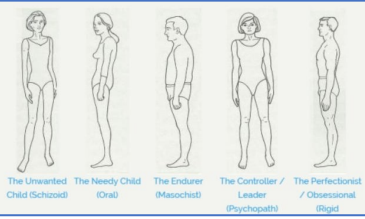
**Oplossing:**

eigen wensen, eigen weg, eigen  
→ **je eigen plek innemen**

**Je talenten inzetten voor jezelf:**

- Gevoeligheid
- Het helder-zien
- Het ultieme weten
- Dwarsverbanden zien





## Eerste levensbehoefte: bestaan

**Schizoid:** Ik besta, maar ik ben niet thuis

**Uitdaging:** het eigen lichaam ontdekken  
**Potentie:** toegang tot de mystieke wereld

**Sterk gevoel voor de diepere zin van het leven, creatief**

- Veilige situatie creëren: acceptatie & warmte
- Met beide benen op de grond staan
- Van jezelf leren houden



Positieve naam:  
**creatieve structuur**  
Negatief: **ongewenst**

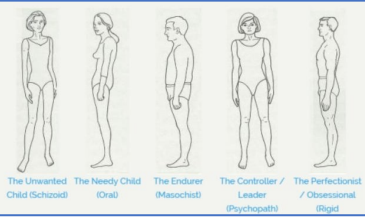
- Schrijver, journalist, acteur, kunstenaar, onderzoeker, kluizenaar

**Ga iets met je creativiteit doen:**  
schrijf, maak, speel, zoek, verbind, creëer,



**Ik ben Welkom**

**Samen  
Natuurlijk  
Beter**



## Web-36: Psycho-Types 7. Karakter

### Tweede levensbehoefte: behoefte

Ik heb voeding – iemand - iets nodig.

Yin-Yang-Bipolariteit → Bewust-Zijn

**Oraal (beminnar):** Ik besta, maar ik ben anders  
**Kan het niet alleen en heb de ander nodig**

Angst alleen te zijn → zorgen voor anderen  
→ De wereld is mij wat schuldig (nooit genoeg)

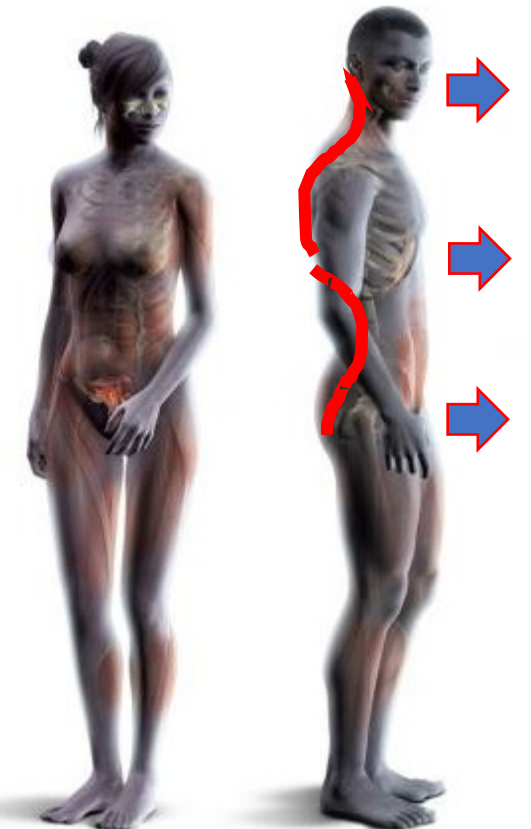
- Inzicht in de natuur, Intuïtie
- Het is nooit genoeg
- Overbezorgt, oversociaal
- Rugzak vol
- Zelfmedelijden
- Alleen, want ik niet belangrijk



ZICH VASTHOUDEND AAN



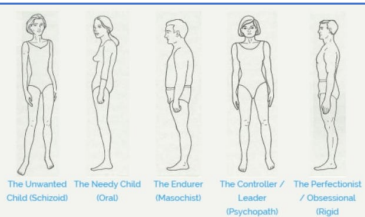
### Revolverheld Houding



Krommingen

Naar  
voren  
gericht

Bindweefsel



## Tweede levensbehoefte: behoefte

Ik heb voeding – iemand - iets nodig.

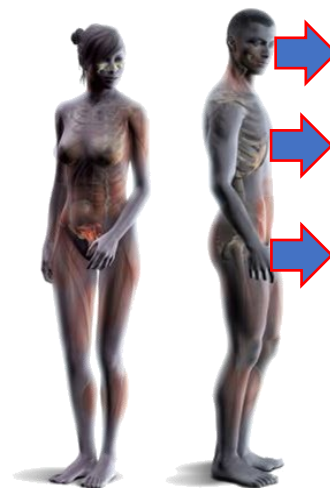
Maar het is rupsje-nooit-genoege.

**Altijd alles onmiddellijk willen hebben:** eten, drinken, voelen, ervaren, kopen,  
→ Je krijgt nooit wat je werkelijk wilt.  
→ Continu bewegen tussen vervullen – tekort  
→ Knagend gat in binnenste (gevolg: onvrede & wanhoop)

De ander moet het oplossen (maar niet direct)  
→ Onbewust dwingend, zuigend (*'ik kan het niet'*)

**Valkuil:** afhankelijk van de ander  
maar die kan het ook niet.

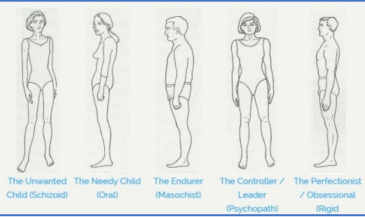
← **Gijzeling van de ander**  
← **Jij neemt alle ruimte in**



- langdurig voelen van schrijnend innerlijk tekort,
- waar je 'zelf niets aan kunt doen',
- zonder goed uit te kunnen leggen wat je dan precies nodig hebt en van wie,
- Je omgeving weet zich er ook geen raad mee



**rotgevoel**



## Tweede levensbehoefte: behoefte

Ik heb voeding – iemand - iets nodig.

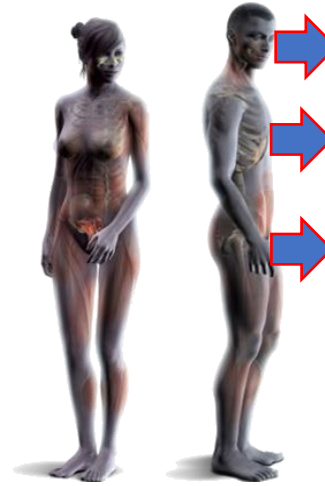
Maar het is rupsje-nooit-genoege.



**Zelfbeeld:** ik kom tekort  
→ iets of iemand moet dit aanvullen  
= **vicieuze cirkel (nooit-genoege)**

**Oplossing:** oplossing ligt binnen je zelf  
**(h)erkennen van leegte & onvrede**

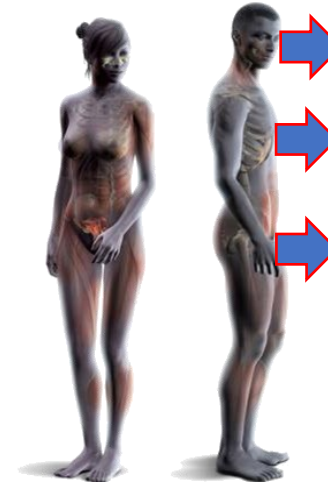
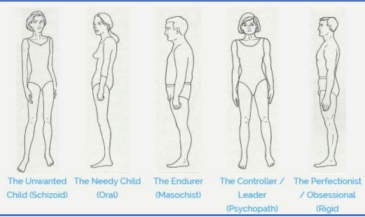
**Verantwoordelijkheid nemen (volwassen):**  
→ verlies nemen, verwerken & zorgen voor je zelf



## Je talenten inzetten voor jezelf:

- Verzorgen
- Dieper liggende behoefte
- Liefde, warmte, koestering
- Invulling geven





## Tweede levensbehoefte: behoefte

Ik heb voeding – iemand - iets nodig.

**Uitdaging:** liefde in je zelf vinden

**Potentie:** boom die iedereen beschutting geeft

**Liefdevol, tevreden, wijs, zinnelijk en totaal mens**

- Liefdevolle situatie creëren: verzorging
- Verbinding maken met anderen
- Eigen instrument stemmen en muziek maken



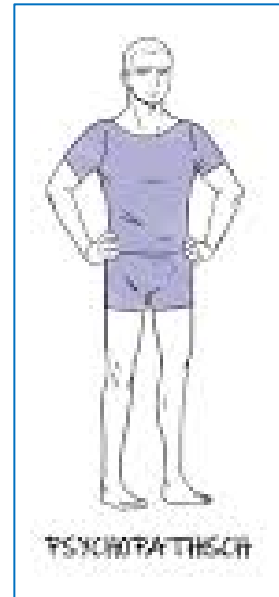
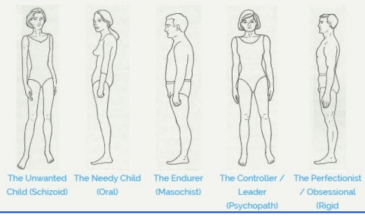
Positieve naam:  
**beminnaars structuur**  
Negatief: **nooit genoeg**

Dienstverlenend: horeca, ziekenhuis,  
verzorgende beroepen, onderwijs.

**Ga iets met je liefde & zorg doen:**  
Geef les, maak kunst, verzorg medemens

alle liefde  
begint met  
liefde  
voor jezelf

**Ik krijg wat  
ik nodig heb**



## Derde levensbehoefte: onafhankelijk

Ik ben onafhankelijk (Ego-bewustzijn)

Energie wordt Ik-bewust → in beweging

**Psychopaat (uitdager):** Ik besta en in ben zelfstandig  
**Ik heb een drijfveer, be-ziel-ling, (mijn leven)**

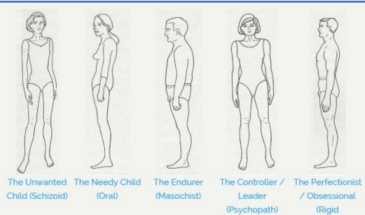
Ik ben de beste, ik heb altijd gelijk, Strijd voor zijn rechten. → Wat vindt de ander? Macht, pissig

## IK-BEWUSTZIJN

Opgeblazen  
Stijf  
Breed



- Inzicht in de Eenheid
- Bezieling & Ik heb gelijk
- Onzeker → Schreeuwen
- Wat denkt de ander
- Verleiding / macht
- Zelfbevrediging



## Derde levensbehoefte: onafhankelijk

Ik ben onafhankelijk (Ego-bewustzijn)

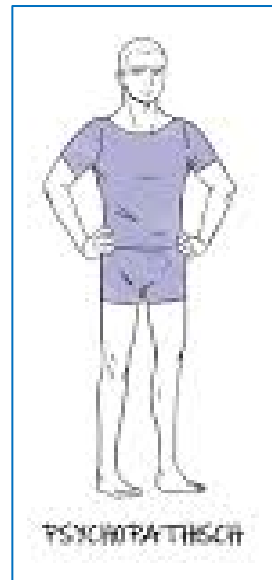
De energie wordt Ik-bewust → in beweging

*Macht & kracht uitstralen* (bewondering & fascinatie)

1. Scenario-denken, knopen doorhakken, actie nemen
2. Razor-Blade: messcherp & Quick-scan: overzicht
3. Altijd alles onder controle

Stevige positie: macht, status, strijd aangaan (eigen baas)  
'onderdanen' → óf adoreren óf vrezen

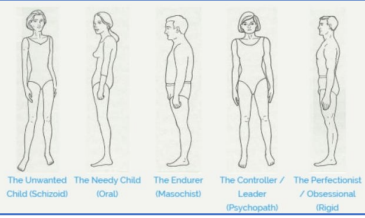
Charismatisch, joviaal, verleidelijk → iedereen te winnen  
→ té dichtbij, andere macht → corrigerende tik (opmerking)



**Valkuil:** het wordt nooit persoonlijk  
Contact = aanval op onafhankelijkheid,  
→ doet ook nooit beroep op een ander

**Zelfbeeld:** Rots in de branding,  
Redder in de nood

**Wat ervaart de ander?** klein & kleiner  
altijd slikken of stikken



## Derde levensbehoefte: onafhankelijk

Ik ben onafhankelijk (Ego-bewustzijn)

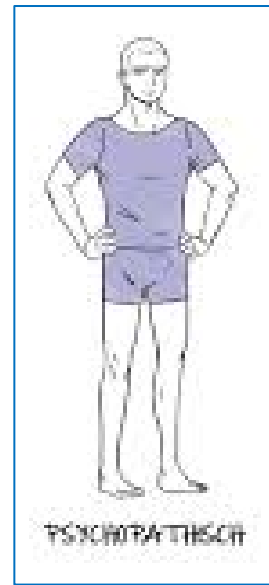
De energie wordt Ik-bewust → in beweging

**Zelfbeeld:** Rots in de branding,  
Redder in de nood

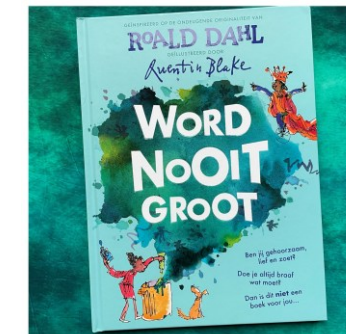
**Wat ervaart de ander?** klein & kleiner  
altijd slikken of stikken

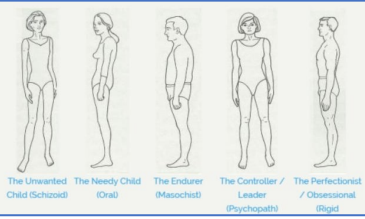
**Oplossing:** er is een andere werkelijkheid  
→ **je niet groter maken dan je bent**

52



**Nooit een open dialoog**  
(niet open & kwetsbaar)  
Begin gesprek: jouw ideeën  
→ Einde gesprek: jouw ideeën

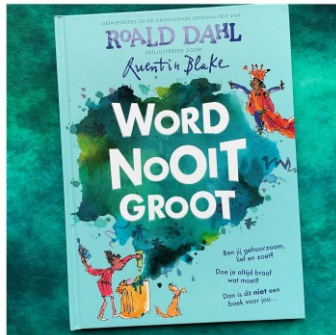




**Derde levensbehoefte: onafhankelijk**

Ik ben onafhankelijk (Ego-bewustzijn)

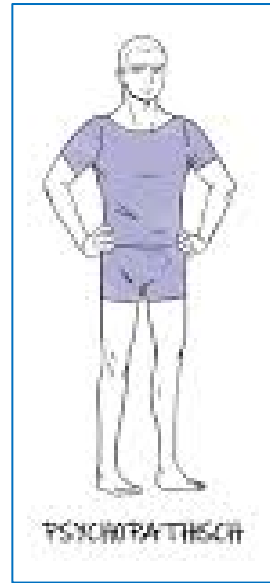
De energie wordt Ik-bewust → in beweging



**Oplossing:** er is een andere werkelijkheid  
→ je niet groter maken dan je bent

**Andere werkelijkheid:**

- Niet hoeven te presteren
- Met vertrouwen en overgave
- Je zelf kunt laten dragen



Positief: **uitdager / verdediger structuur**  
Negatief: **controle**

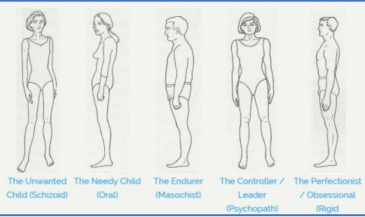
Politiek, bedrijfsleven, chirurg.  
Hoofd van de afdeling.

**Ga iets met je zelfvertrouwen doen:**  
verbind, organiseer, leidt (zonder ij)  
→ onvoorwaardelijk  
→ op gelijke hoogte



**groot wordt groots**

**Ik kan erop  
vertrouwen**



## Derde levensbehoefte: onafhankelijk

Ik ben onafhankelijk (Ego-bewustzijn)

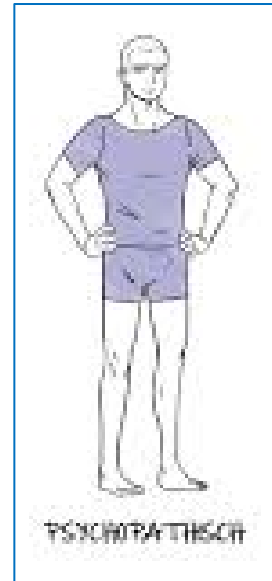
De energie wordt Ik-bewust → in beweging

**Kwaliteit**, kei in het leiden van ingewikkelde projecten en heeft een groot hart, boordevol liefde

→ Je kan in alles wat je wilt leren of doen op steun en hulp rekenen.

→ Sterke wilskracht & doorzetting

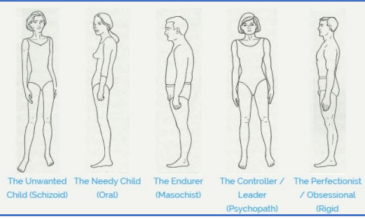
→ Kan verleiden tot actie



Positief: **uitdager / verdediger structuur**



**Ik kan erop  
vertrouwen**



## Vierde levensbehoefte: vrijheid

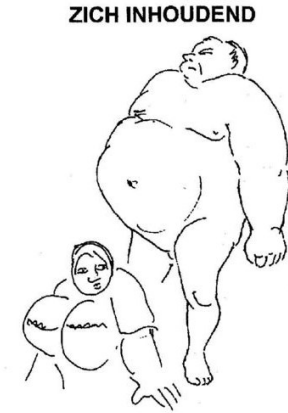
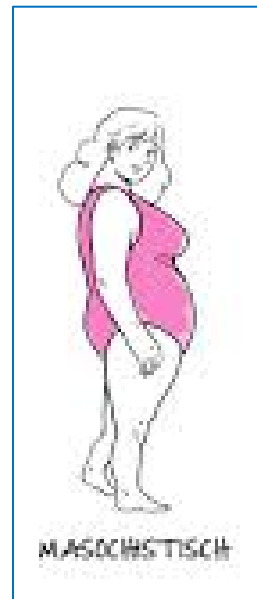
Ik ben vrij (Zelf-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in beweging - vrijheid

**Masochist (verdrager):** Ik ben mezelf en daarmee vrij  
**Kracht, Doorgaan, Passie → Instinct**

Ijver als eigenschap → ijveren voor & na-ijver

- ijverig & uitvoeren
- ontdekken wat mooi is
- ook wat fout is
- beschikbaar
- zelfbevrediging
- Ik ben niet belangrijk

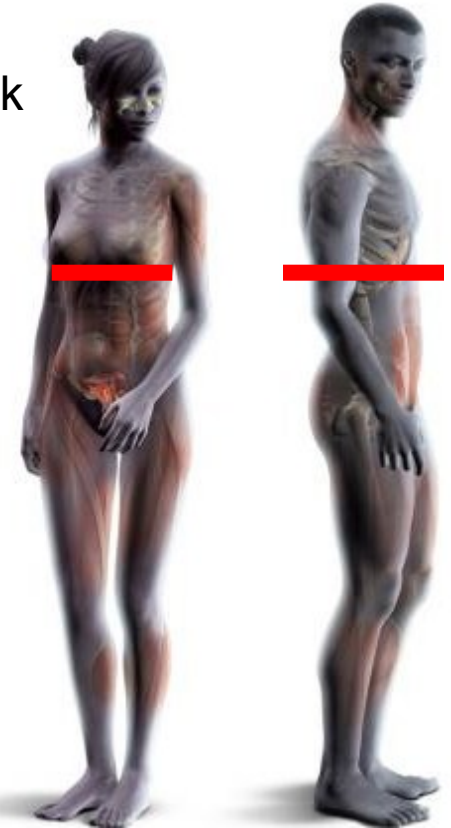


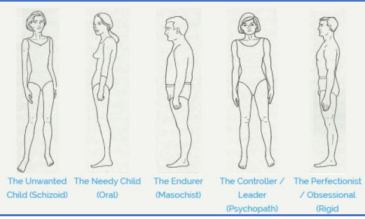
Geen nek → juk

## ZELF-BEWUSTZIEN

\$\$ Diafragma

Nek & pelvis dicht





## Vierde levensbehoefte: vrijheid

Ik ben vrij (Zelf-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in beweging - vrijheid

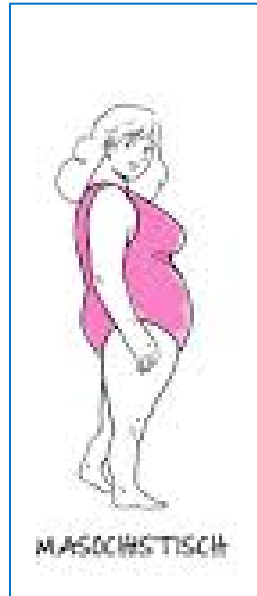
*Probleem? Je bent er altijd om direct te helpen.*

1. Je zet je eigen plannen en ik opzij (of afraffelen)
2. Als je nee zegt → voel je je schuldig
3. Ook schuldig als je aan jezelf denkt (stapel-last)

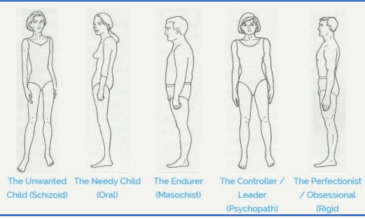
Het gaat altijd over de ander, vooral het lijden  
→ *Hoe is het nu met jou?* → niet te beantwoorden

**Valkuil:** zelf in de problemen?  
Niemand biedt wat jij zou bieden

**Verschil in geven ↔ ontvangen**  
→ **Balans slaat door → Juk**



**Het wordt  
te zwaar**



## Vierde levensbehoefte: vrijheid

Ik ben vrij (Zelf-Bewustzijn)

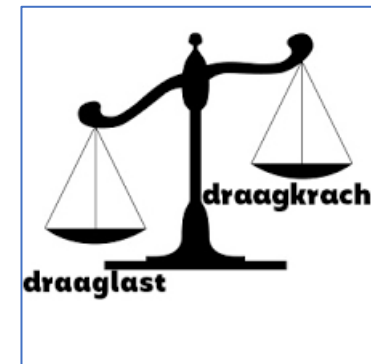
Zelf-Bewustzijn → in beweging - vrijheid



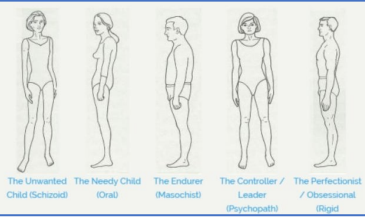
**Zelfbeeld:** lijstjes met wat je allemaal hebt gedaan, voor alles en iedereen.  
→ de balans van krijgen is altijd min  
→ **geef-de-ander-de-schuld**  
→ De ander is ook schuldig

**Oplossing:** waarom help je anderen zoveel?  
→ **angst dat mensen niet van je houden**

→ Investeer in jezelf en geef je grenzen aan  
→ Zichtbaar en er ontstaat ruimte (= liefde)



Stop met de angst dat er niet van je gehouden wordt en geef mensen de ruimte om van je te houden.



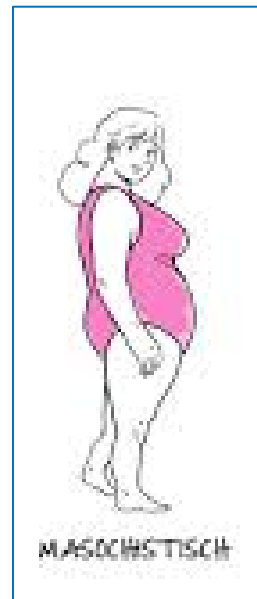
## Vierde levensbehoefte: vrijheid

Ik ben vrij (Zelf-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in beweging - vrijheid

**Uitdaging:** maak een positief beeld van jezelf  
**Potentie:** kameraad worden & verbinden.

**Sterk gevoel voor de diepere zin van het leven, creatief**  
→ Veilige situatie creëren: acceptatie & warmte  
→ Met beide benen op de grond staan  
→ Van jezelf leren houden  
→ Eigen grenzen accepteren → vrijheid

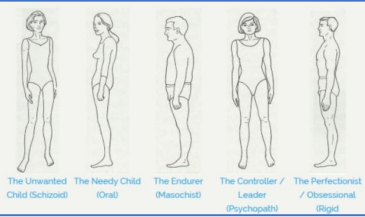


Positieve naam:  
**verdrager-structuur**  
Negatief: **zwaar & schuld**

Zakenleven, makelaar, huisarts,  
Betrouwbare werknemer

**Ga iets met je verdraagzaamheid doen:**  
projecten voeren, stel jezelf beschikbaar



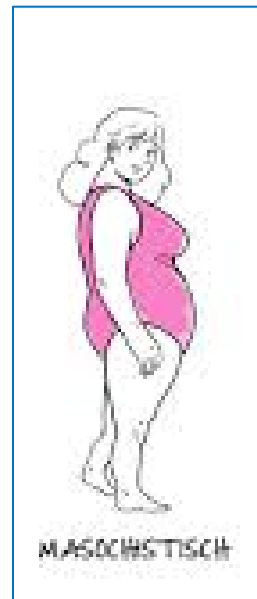


## Vierde levensbehoefte: vrijheid

Ik ben vrij (Zelf-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in beweging - vrijheid

**Kwaliteit**, probeert het mensen naar de zin te maken.  
(denkt hij). Kei in het leiden van ingewikkelde projecten  
en heeft een groot hart, boordevol liefde  
→ Zorg voor anderen, onderhandelaar  
→ Groot hart en grote verdraagzaamheid  
→ Heeft veel te geven, zowel energie als begrip

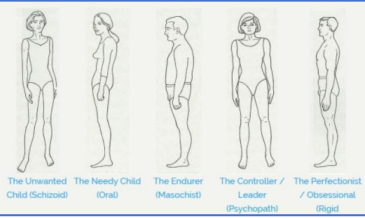


Positieve naam: **verdrager-structuur**



**Ik kan  
mijzelf zijn**

**Samen  
Natuurlijk  
Beter**



## Web-36: Psycho-Types 7. Karakter

### Vijfde levensbehoefte: liefde

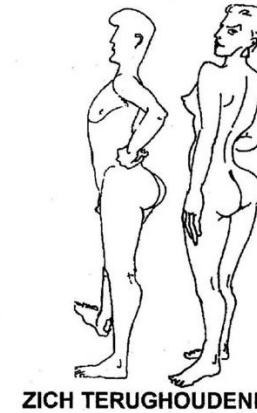
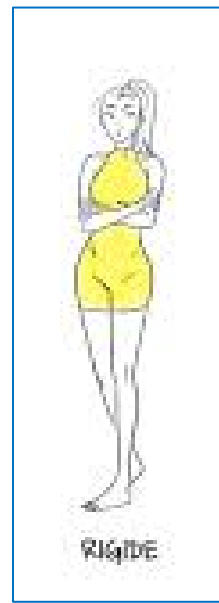
Ik heb passie (Persoons-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in evenwicht (begeistert)

**Rigide (prestatie):** Ik ben enthousiast, geestdrift, hartstocht  
**Ik ben in evenwicht = basis voor geest ('woning')**

Ambitieuus, Workoholic, Hypochonder

- Het is in orde
- Orde in het systeem
- Niet → orde schepppen
- Het MOET
- geen vreugde, maar het is in orde
- Organiseerd



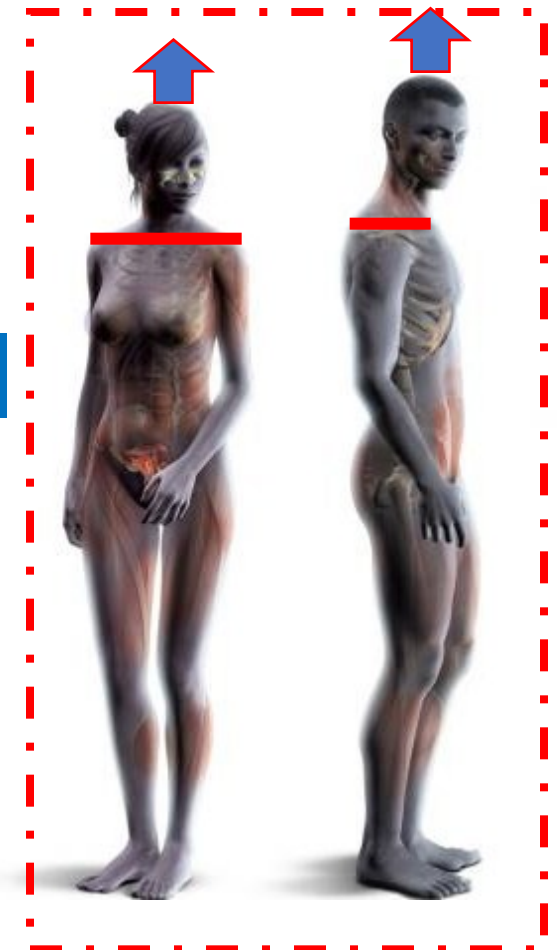
Hoofd hoog  
Soldatenschouders

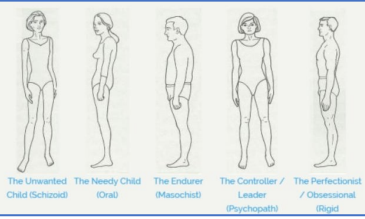
**PERSOONS-BEWUSTZIEN**

\$\$ Spieren



Geef 8 stelling



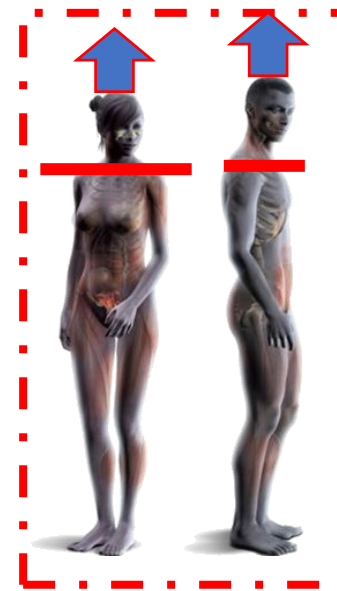
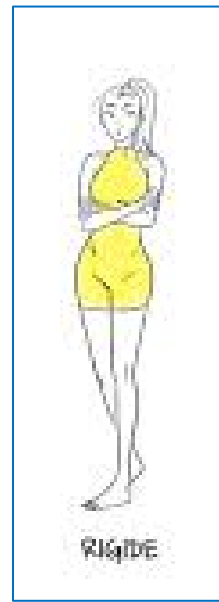


## Vijfde levensbehoefte: liefde

Ik heb passie (Persoons-Bewustzijn)

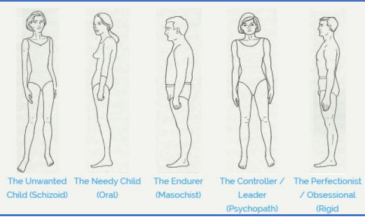
Zelf-Bewustzijn → in evenwicht (begeistert)

Rigide (Latijn: rigidus = stijfheid)  
Wetgeving & regels, geneeskunde, mechanica



Positief: **prestatiegerichte structuur**  
Negatief: **Perfectionist**

Politiek & bedrijfsleven, mode & film,  
medisch specialist,  
Werkgever of liever de tweede persoon.



## Vijfde levensbehoefte: liefde

**Rigide:** het MOET in orde zijn

*Ik mag niet begeren / liefhebben'*

1. Je wordt trots & koppig → anderen op afstand
2. Gevoelens niet laten zien → angst voor kwetsen
3. Controle wordt het instrument

Altijd met afstand naar de ander  
→ Verstandig & behoedzaam → defensief

**Valkuil:** perfectionisme, narcisme  
altijd de beste, slimste, mooiste

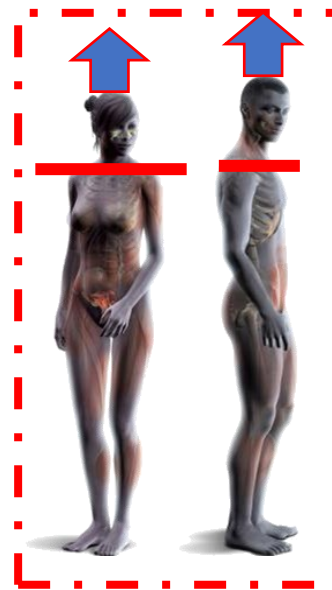
**Bang voor de afwijzing.  
Nooit overgave gevoelens**

**Zelfbeeld:** ik ben 'picco bello', overall goed in, altijd uitblinken

**Ander beeld:** de betweter, het 'is altijd mooi weer' (ongeloofwaardig)



RIGIDE

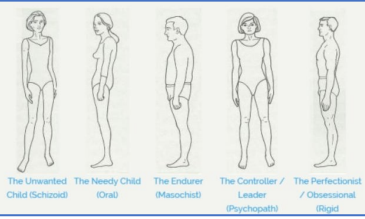


**Ik ben  
niet  
ARROGANT  
Ik ben  
gewoon de  
BESTE**



Angst voor afwijzing





## Vijfde levensbehoefte: liefde

**Rigide:** het MOET in orde zijn



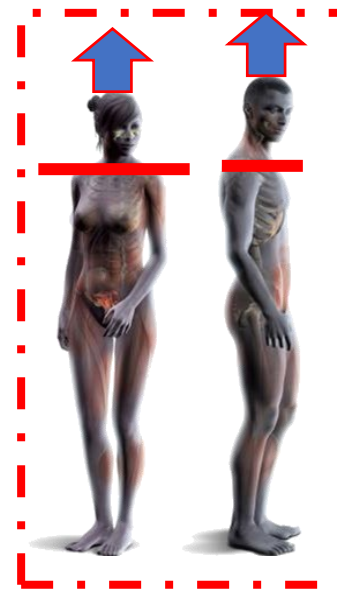
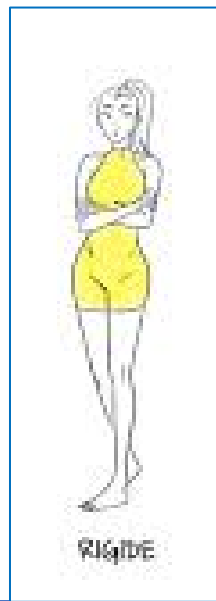
**Zelfbeeld:** zakelijk, financieel, privé,  
→ ik heb alles voor elkaar  
**= ik heb de ander niet nodig**

**Wat wil de ander?**

Vertrouwen & eerlijkheid,  
zeggen wat je werkelijk voelt

**Oplossing:**

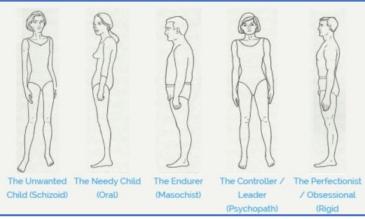
accepteer je schaduwkanten  
→ **'nobody is perfect'**



**Je talenten inzetten voor jezelf:**

- Begeisterung, passie
- Oog voor detail, in orde brengen
- professionaliteit

**Nobody**  
is perfect,  
**but who**  
wants to be  
**nobody?**



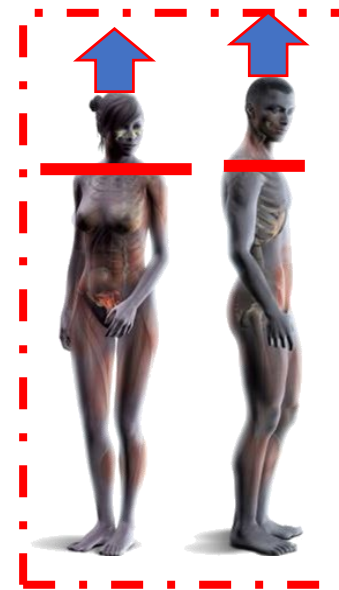
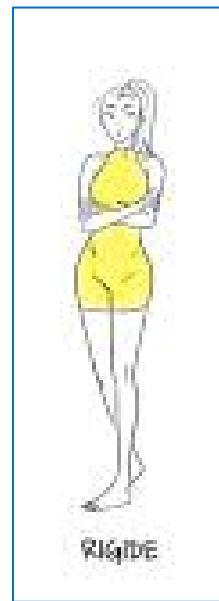
## Vijfde levensbehoefte: liefde

Ik heb passie (Persoons-Bewustzijn)

Zelf-Bewustzijn → in evenwicht (begeistert)

**Kwaliteit**, geboren leider in bijna elk beroep dat hij ambieert. Hij kan met anderen diep contact hebben. Hij is in staat zich vrij te bewegen en ten volle van het leven te genieten.

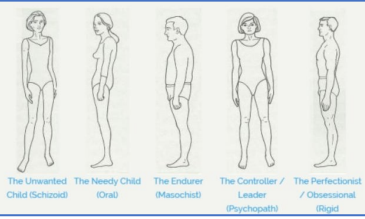
- Kan anderen inspireren
- Kan uitstekend organiseren
- ondernemingsgevoel, verantwoordelijkheidsgevoel en uithoudingsvermogen



Positief:  
**prestatiegerichte structuur**  
Negatief: **perfectionist**

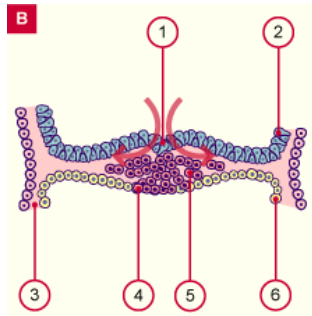


**Ik mag  
lief  
hebben**



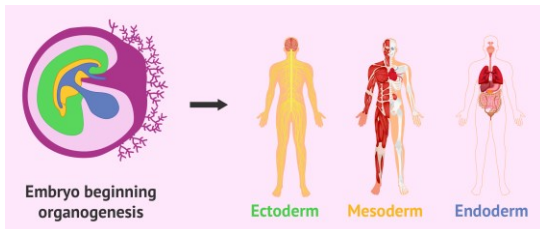
## Schematisch

### Embryologie week 3



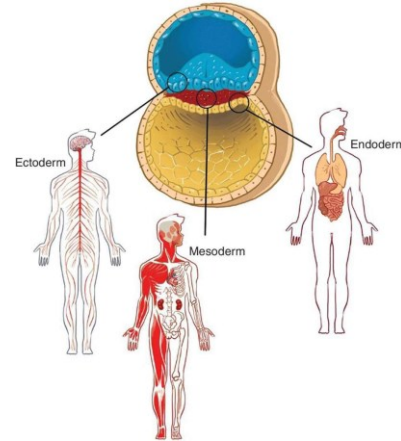
#### typologie

- Ectomorf
- Mesomorf
- entomorf



**Erfelijk, overgedragen**

### Embryologie week 4 - 38



#### persoonlijkheid

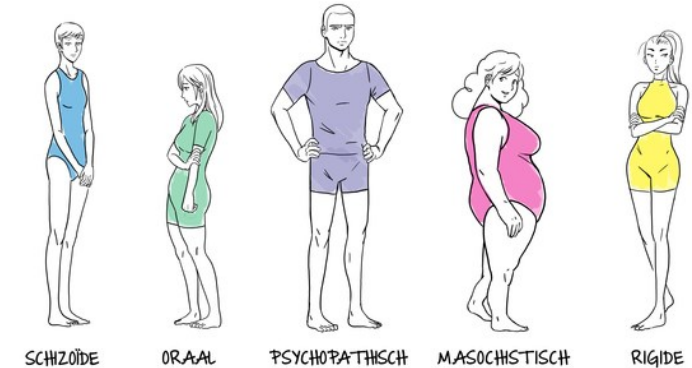
- Avonturier
- Rechter
- Zoeker
- Magiër
- Bemiddelaar

**Ontwikkeld, survival of talent**

### Latere

- Gebeurtenissen, trauma's
- Omstandigheden
- Cultuur & Religie
- Partner, enz.

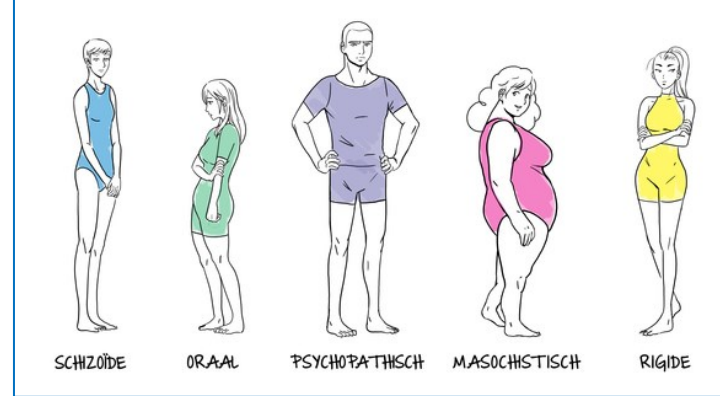
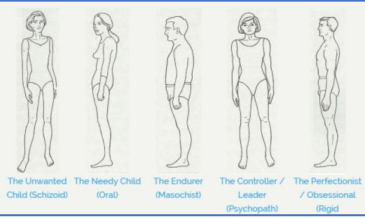
### Leven groeistappen: 0-5 jaar



#### Karakterstructuren

- Schizoïde
- Oraal
- Psychopaat
- Masochist
- Rigide

**Ontstaan, 'overwinbaar'**



## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

ONT  
STA  
AN

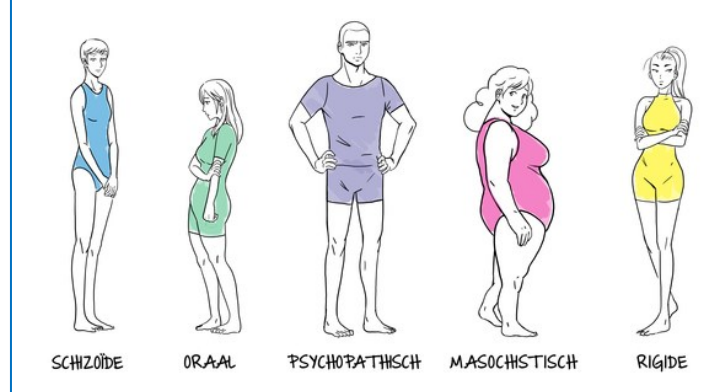
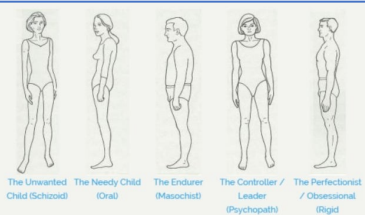
Recht op **bestaan** (levensbegin) → schizoïde karakterstructuur **ZIJN**

Recht op **behoefte** (voeding) → orale karakterstructuur **BEWUST-ZIJN**

Recht op **onafhankelijkheid** (zelf doen) → psychopathische karakterstructuur **IK-BEWUSTZIJN**

Recht op **vrijheid** (eigen leven) → masochistische karakterstructuur **ZELF-BEWUSTZIJN**

Recht op **liefde** (geborg en erkenning) → rigide karakterstructuur **PERSOONS-BEWUSTZIJN**



## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

Recht op **bestaan** (levensbegin) → schizoïde (**creatief**) karakterstructuur

**ZIJN**

**Oplossing:** eigen wensen, eigen weg, eigen  
→ **je eigen plek innemen**

**Je talenten inzetten voor jezelf:**

- Gevoeligheid
- Het helder-zien
- Het ultieme weten
- Dwarsverbanden zien



Recht op **behoefte** (voeding) → orale (**beminnaar**) karakterstructuur **BEWUST-ZIJN**

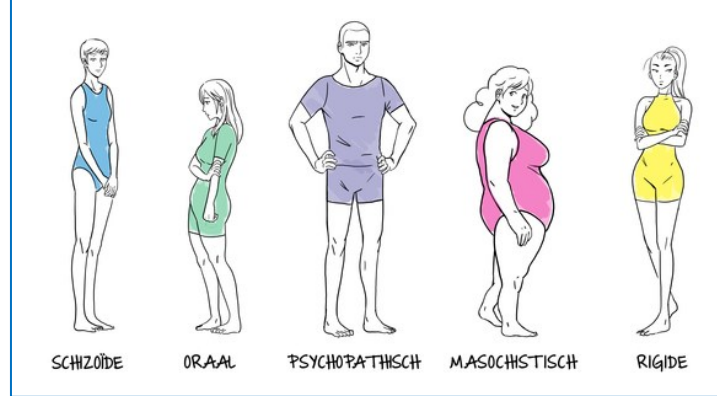
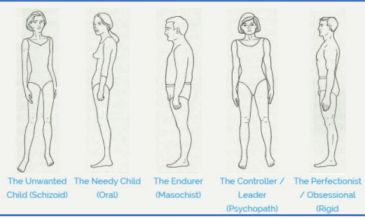
**Oplossing:** oplossing ligt binnen je zelf  
(h)erkennen van leegte & onvrede

**Je talenten inzetten voor jezelf:**

- Verzorgen
- Dieper liggende behoefte
- Liefde, warmte, koestering
- Invulling geven



**Verantwoordelijkheid nemen (volwassen):**  
→ verlies nemen, verwerken & zorgen voor je zelf



## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

**IK-BEWUSTZIJN**

Recht op **onafhankelijkheid** → psychopathische (**uitdager**) karakterstructuur

**Oplossing:** er is een andere werkelijkheid  
→ **je niet groter maken dan je bent**

**Ga iets met je zelfvertrouwen doen:**  
verbind, organiseer, leidt (zonder ij)  
→ onvoorwaardelijk  
→ op gelijke hoogte



**Andere werkelijkheid:** Niet hoeven presteren

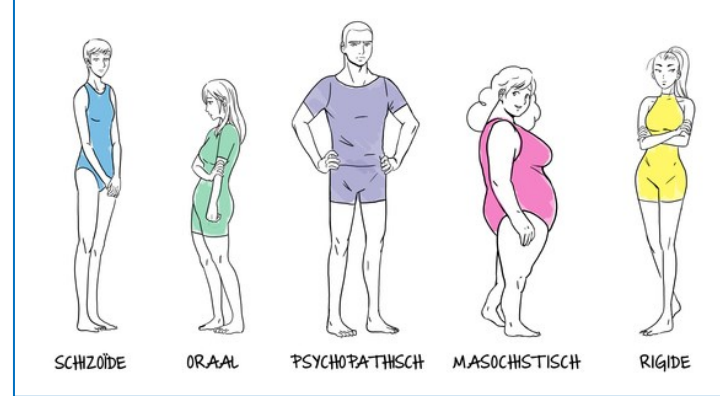
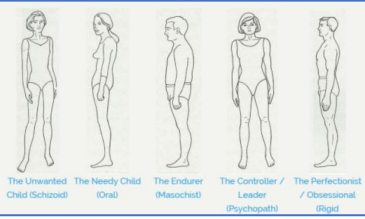
Recht op **vrijheid** → masochistische (**verdrager**) karakterstructuur

**ZELF-BEWUSTZIJN**

**Oplossing:**  
Stop met de angst dat er niet van je gehouden wordt  
Geef mensen de ruimte om van je te houden.

**Ga iets met je verdraagzaamheid doen:**  
projecten voeren,  
stel jezelf beschikbaar

Als je doet wat je  
deed, Krijg je wat  
je kreeg



## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

Recht op **liefde** (geborgen en erkenning) → rigide (**prestatie**) karakterstructuur

**Oplossing:** accepteer je schaduwkanten  
→ **'nobody is perfect'**

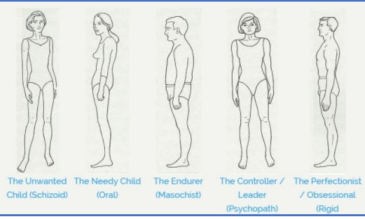
### **Je talenten inzetten voor jezelf:**

- Begeisterung, passie
- Oog voor detail, in orde brengen
- professionaliteit

**Nobody**  
is perfect,  
**but who**  
wants to be  
**nobody?**

## **PERSOONS-BEWUSTZIJN**





→ geen lineair causaal verband of opeenvolging → omstandigheden & reactie

Zo zijn er dus al talloze combinaties mogelijk:

- 3 basis typen
- 5 persoonlijkheden
- 5 karakterstructuren

- Ectomorf
- Mesomorf
- Entomorf

3

×

5

×

5

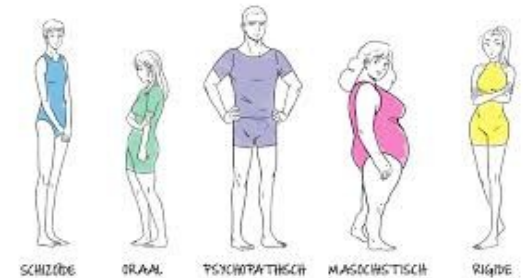
=

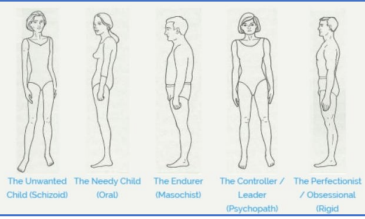
75

75 mengvormen in basis

- Avonturier
- Rechter
- Magiër
- Zoeker
- Bemiddelaar

- Schizoïde
- Oraal
- Psychopaat
- Masochist
- Rigide





→ geen lineair causaal verband of opeenvolging → omstandigheden & reactie

- Ectomorf
- Mesomorf
- Entomorf

**3**

- Avonturier
- Rechter
- Magiër
- Zoeker
- Bemiddelaar

**5**

- Schizoïde
- Oraal
- Psychopaat
- Masochist
- Rigide

**5**

3 'zuivere': ecto, meso, ento  
 3 'mengvormen': ecto-meso,  
 meso-ento,  
 ento-ecto.  
 1 combi: ecto-meso-ento

5 'zuivere': Avo, Rech, Mag, Zoek, Bem  
 Elk 4 'mengvormen': Avo-Rech, Avo-Mag,  
 Avo-Zoek, Avo-Bem.  
 Feitelijk meer combi's: Avo-Rech-Mag.

5 'zuivere': Schi, Ora, Psy, Maso, Rigid  
 Elk 4 'mengvormen': Schi-Ora, Schi-Psy,  
 Schi-Maso, Schi-Rigid  
 Feitelijk meer combi's: Schi-Ora-Psy.

**7 Tibetaanse typen**

**7**

×

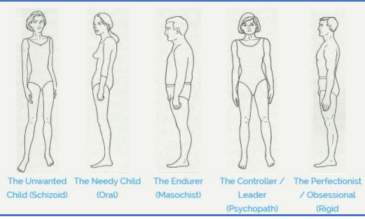
**25**

×

**25**

=

**4.375**

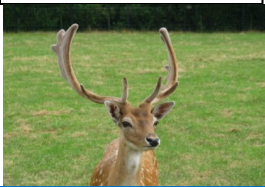


Mensen passen niet in een hokje

Typologie ≠ éeuwig' vast gelegd,  
je ontwikkeld, leert, overwint....

**Basisconstitutie = vast = de basis**

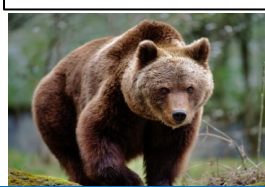
Ectomorf



Mesomorf



Entomorf



➔ Voeding (wat wél en niet past)

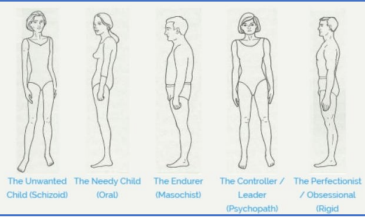
➔ Talent (wat je wél en niet kunt)

➔ Basale Acceptatie van jezelf

**Persoonlijkheid = ontwikkeld**

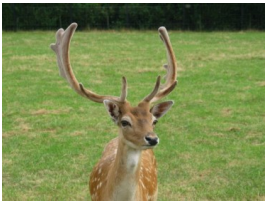


➔ Passie, Kansen, Aanleg,  
➔ Bekwaamheid, Capaciteit



## Basisconstitutie = vast = de basis

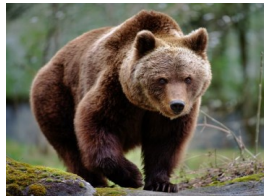
Ectomorf



Mesomorf



Entomorf



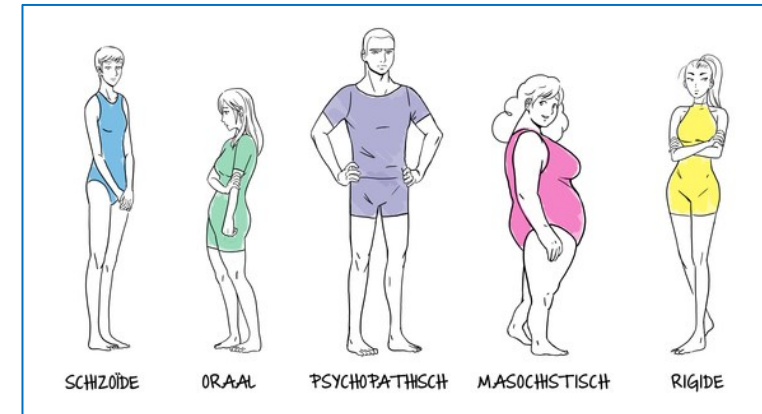
➔ Voeding (wat wél en niet past)

## Persoonlijkheid = ontwikkeld



➔ Passie, Kansen, Aanleg,  
➔ Bekwaamheid, Capaciteit

## Karakterstructuur = ontstaan (groeistap)

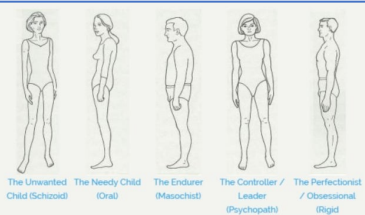


Wás de bescherming in prille levensfase

Spierpantser is ontwikkeld, deel ligt vast

Mechanisme ontdekken & er boven staan

**GEBRUIK JE TALENTEN !**



**Volgende Webinar:**

April 2023: 37. Maagzuur, een brandende kwestie

Mei 2023: 38. Darmflora, vriend of vijand?

Juni 2023: 39. Restless legs, zorg voor onderdanen

Robert Muts D.O. / D.M. / MSC.

**Dank voor jullie aandacht.  
Hoop dat informatie heeft geholpen in duidelijkheid.  
Zorg voor jezelf en anderen in gezondheid = gezondheidszorg.**

**Webinar terug te vinden:**  
<https://integraalmedischcentrum.nl/webinar>

