

# Eneagrama aplicado a Pastoral da Saúde

**Padre Luiz Carlos de Oliveira**

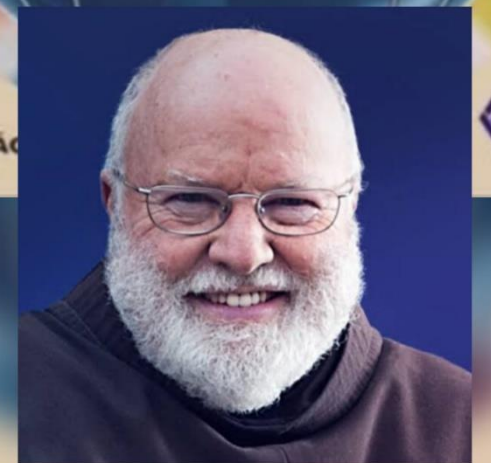
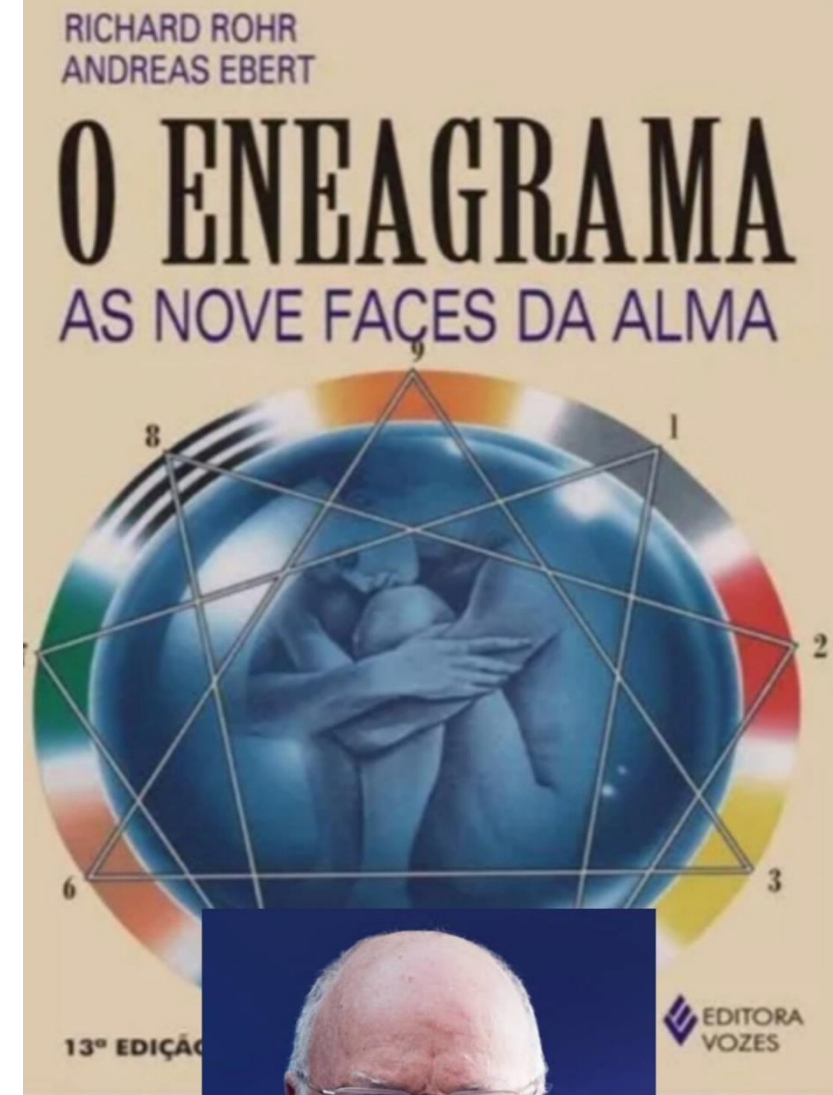


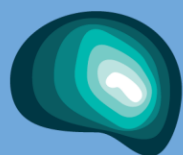
NÃO IMPORTA  
QUANTAS VEZES EU CAIA.

VOCÊ SEMPRE  
ME VERÁ LEVANTAR.

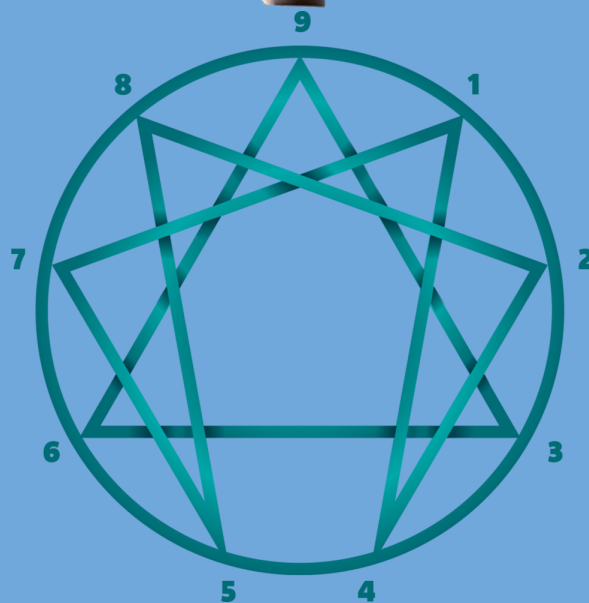
CADA VEZ MAIS  
**FORTE!**



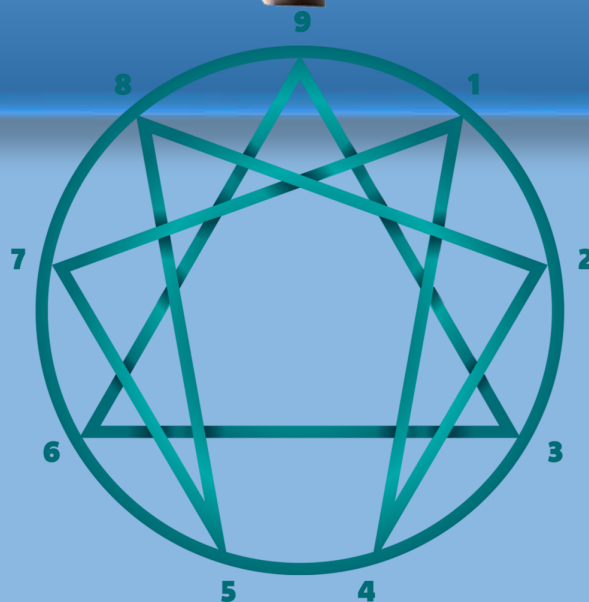
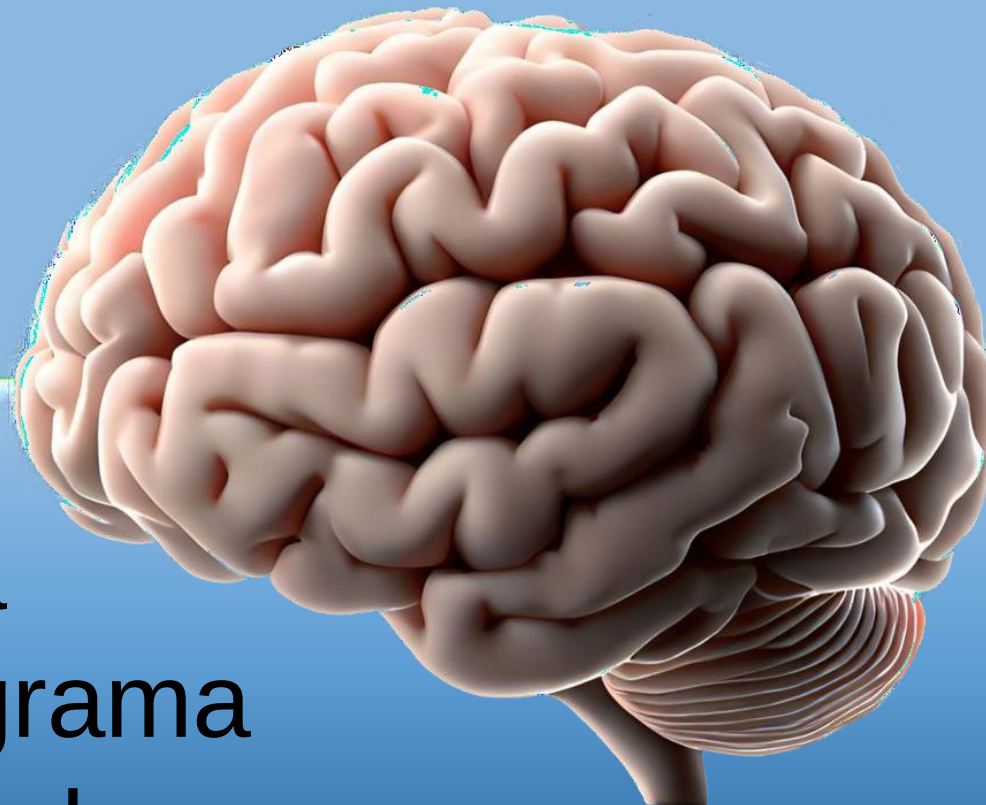


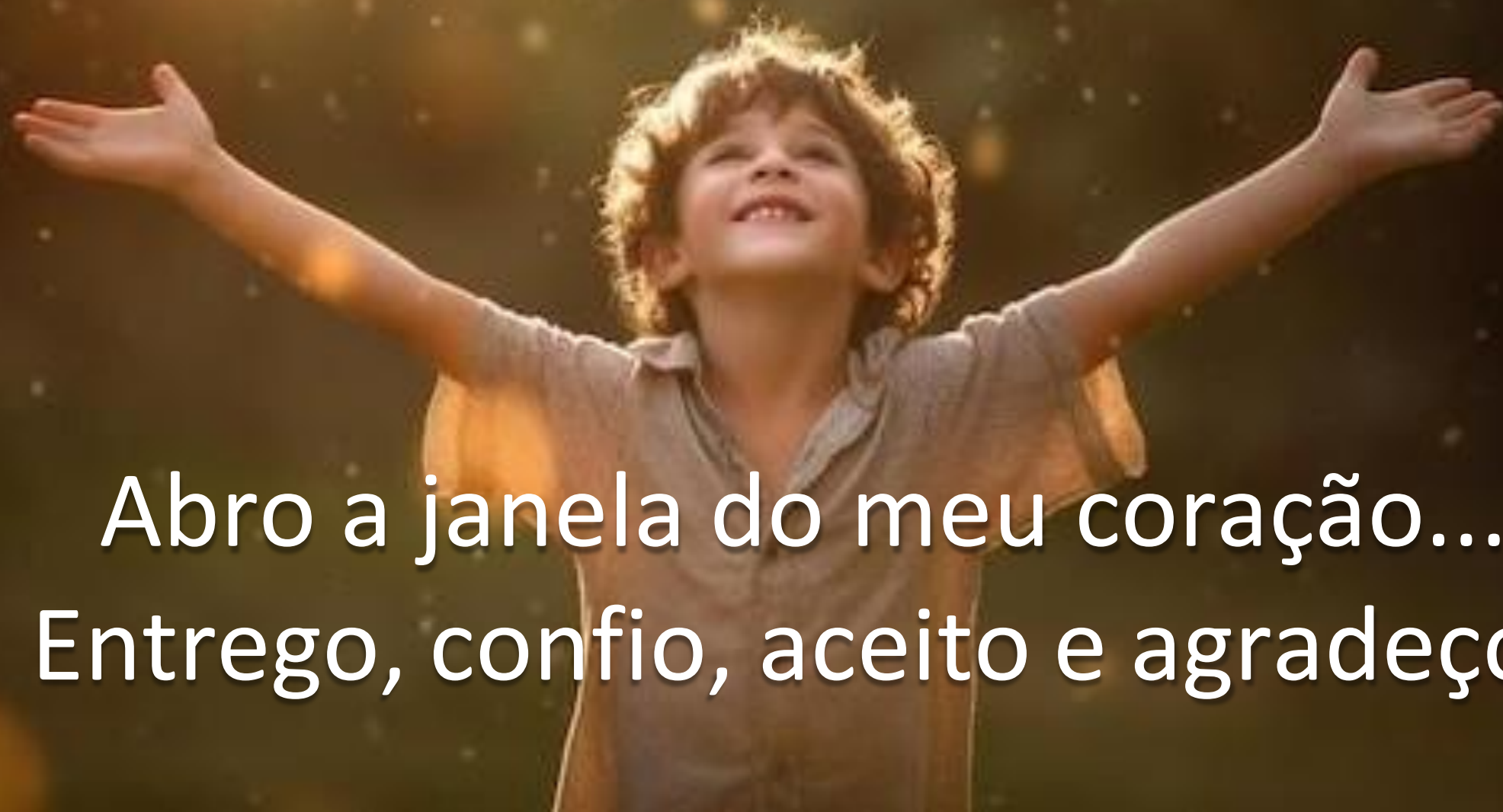


GRUPO  
**ALMA**  
EXCELÊNCIA HUMANA



# Uma visão neurocientífica sobre o Eneagrama da Personalidade





Abro a janela do meu coração...  
Entrego, confio, aceito e agradeço!

Ai, meu Deus!  
Vão mostrar minha  
personalidade.  
Quero nem ver!



# THE NEUROBIOLOGY OF THE ENNEAGRAM



SALEH VALLANDER



GRUPO  
**ALMA**  
EXCELÊNCIA HUMANA

## Saleh Vallander

Médico e professor dos sistemas  
Eneagrama e Myers-Briggs, Suécia.

O MBTI é um teste questionário criado pela norte-americana Katharine Briggs (1875-1968) e sua filha Isabel Briggs Myers (1897-1980) com base nas teorias de um dos principais teóricos da Psicologia, Carl Gustav Jung (1875-1961). O livro "Tipos Psicológicos" foi publicado originalmente em alemão em 1921.

Mas se o Eneagrama é uma descrição precisa da personalidade, seria de esperar que tivesse base na neurobiologia do cérebro. E, de fato, o Eneagrama despertou algum interesse nos círculos neurocientíficos. Por exemplo, o neurocientista e psiquiatra Dan Siegel reconheceu o Eneagrama como único ao delinear a “arquitetura interna do funcionamento mental”.



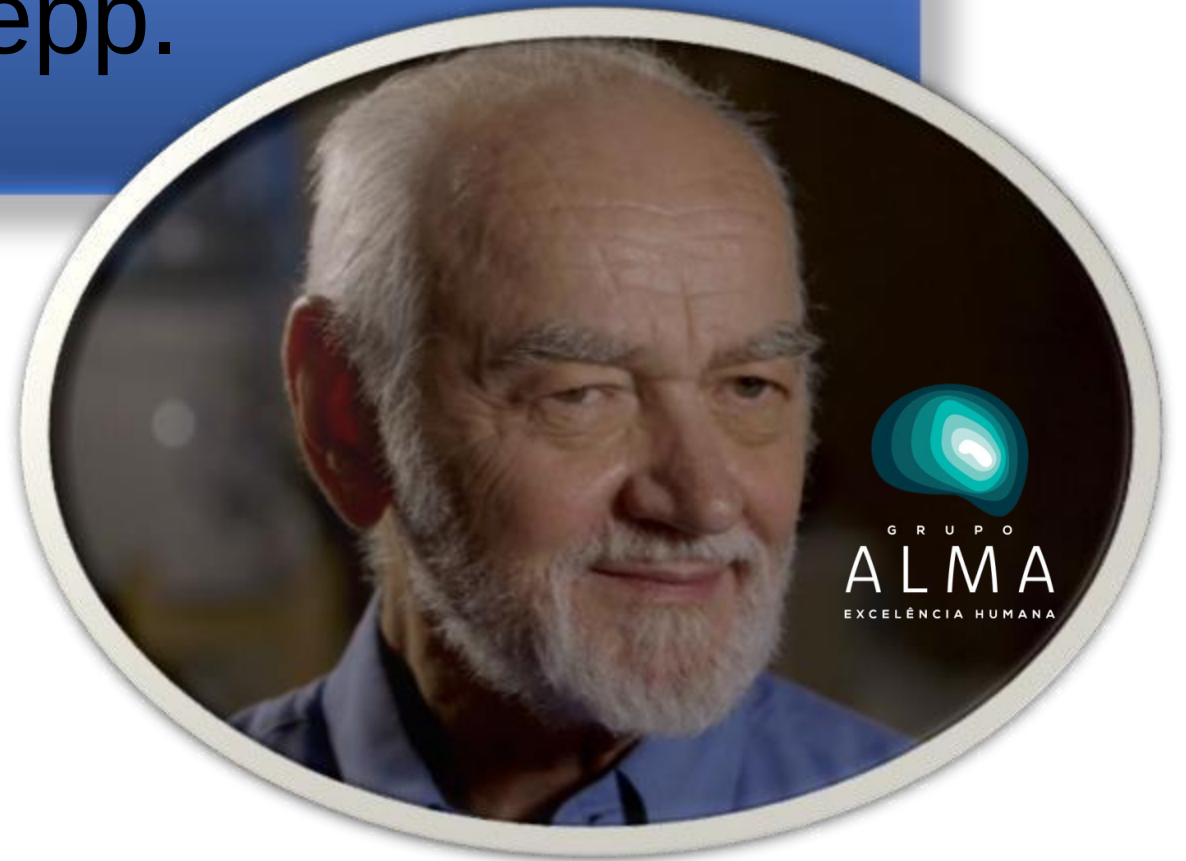
Daniel J. Siegel é professor clínico de psiquiatria na Escola de Medicina da UCLA. Membro da Associação Americana de Psiquiatria, tem diversos livros lançados no Brasil, como “O cérebro que diz sim” (Editora Planeta) e “O cérebro adolescente”.

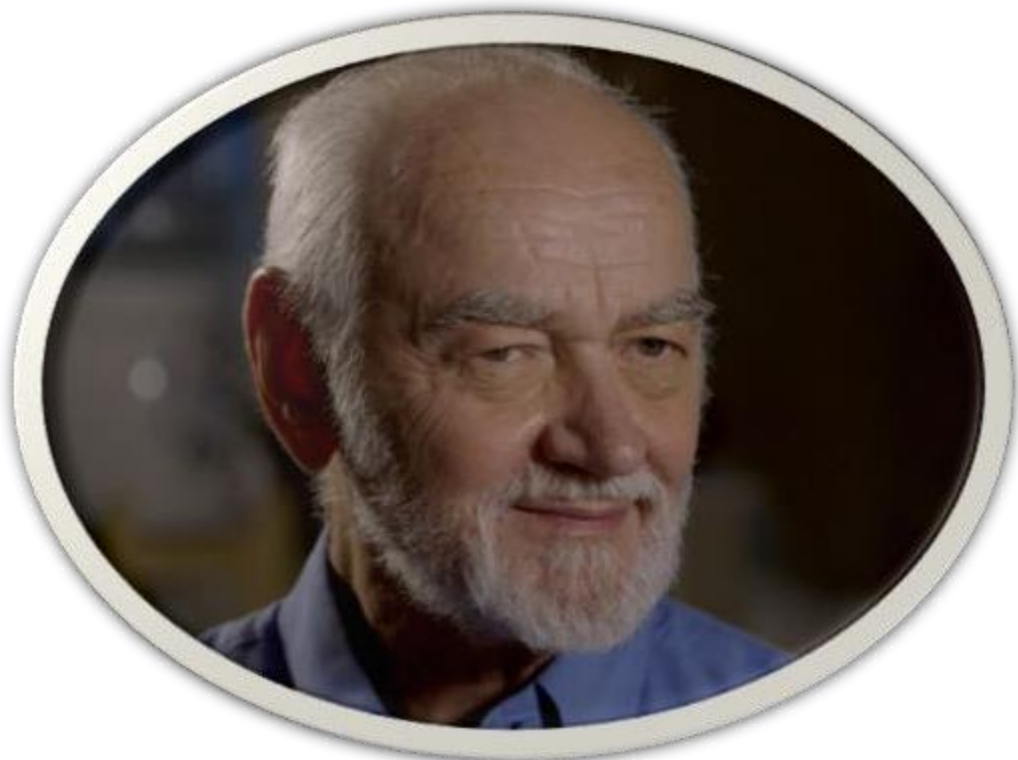
# O Eneagrama será comparado às descobertas da neurociência afetiva feitas pelo neurocientista Jaak Panksepp.

Jaak Panksepp foi um neurocientista e psicobiólogo estoniano que cunhou o termo "neurociência afetiva", o nome para o campo que estuda os mecanismos neurais da emoção.

**Nascimento:** 5 de junho de 1943, Tartu, Estônia.

**Falecimento:** 18 de abril de 2017, EUA





Jaak Panksepp



Através de suas investigações neurobiológicas em mamíferos, ele traçou sete redes emocionais primárias no mesencéfalo e no sistema límbico. Essas redes são geneticamente inatas e inseridas no cérebro, ou seja, são instintivas e, portanto, não precisam ser aprendidas. Elas surgiram muito cedo no curso da evolução do cérebro, surgindo de estruturas antigas nas profundezas das partes mais primitivas do cérebro.

Existem sete redes emocionais primárias no cérebro:

**MEDO, RAIVA, TRISTEZA, BUSCA, PRAZER,  
CUIDADO e ALEGRIA.**

Esses sete sistemas emocionais serão correlacionados às Tríades do Eneagrama e aos três impulsos Instintivos.

O estudo dos padrões de personalidade no cérebro aborda um dos maiores mistérios da ciência atual: a conexão entre corpo e mente. Ainda não está claro exatamente como a atividade cerebral pode dar origem à diversidade de personalidades observadas entre os indivíduos. No entanto, alguns desenvolvimentos de pesquisa significativos foram feitos. Os neurocientistas demonstraram como regiões específicas do cérebro se tornam ativas quando uma pessoa sente uma emoção específica ou se comporta de determinada maneira, o que pode estar ligado a vários aspectos da personalidade.

# Um pouco sobre o Eneagrama



O Eneagrama é um dos sistemas de tipificação de personalidade mais renomados do mundo atualmente. É amplamente utilizado em terapia e desenvolvimento pessoal, oferecendo insights sobre como os indivíduos se vivenciam e interagem com o mundo. O Eneagrama categoriza as pessoas em nove tipos distintos com base nos seus padrões emocionais e motivacionais subjacentes. Muitas pessoas atestam a surpreendente precisão deste sistema no mapeamento de diferentes padrões da personalidade humana.



O eneagrama da personalidade pode ser uma ponte valiosa entre psicologia e neurobiologia, permitindo-nos obter uma compreensão mais profunda de como os padrões de personalidade surgem a partir de processos neurobiológicos no cérebro. Desta forma, o Eneagrama poderia potencialmente guiar-nos através das complexidades da neurociência, lançando luz sobre os meandros da função cerebral.



O Eneagrama foi apresentado ao mundo moderno pelo professor russoarmênio George Gurdjieff, que o estabeleceu como um sistema de desenvolvimento psicológico. Posteriormente, foi adaptado como sistema de tipagem de personalidade pelo professor boliviano Oscar Ichazo e depois integrado aos conceitos da psicologia ocidental pelo psiquiatra chileno Claudio Naranjo.



O Eneagrama da Personalidade é um sistema de nove tipos diferentes de personalidade, numerados de Um a Nove. Os nove tipos representam maneiras específicas pelas quais a personalidade de um indivíduo se constela em torno de uma das três emoções negativas primárias: raiva, medo e tristeza. Assim, os nove tipos são reunidos em três principais grupos, também chamados de

O Eneagrama da Personalidade é um sistema de nove tipos diferentes de personalidade, numerados de Um a Nove. Os nove tipos representam maneiras específicas pelas quais a personalidade de um indivíduo se constela em torno de uma das três emoções negativas primárias: raiva, medo e tristeza. Assim, os nove tipos são reunidos em três principais grupos, também chamados de tríades:

- 1)Tríade da raiva : tipos 8,9,1**
- 2)Tríade do luto (tristeza): 2,3,4**
- 3)Tríade do medo: 5,6,7**

Obs: Aqui coincide com as três crenças fundamentais da TCC:

- 1) Desvalor
- 2) Desamor
- 3) Desamparo



Durante a primeira infância, uma experiência difícil será sentida predominantemente como uma variação de raiva, medo ou tristeza, dependendo do temperamento ou caráter emocional do indivíduo. Essas variações formam a base dos nove tipos do Eneagrama. Todos os nove padrões de tipos existem dentro de cada um de nós, mas um padrão será dominante, resultando no Tipo dominante do Eneagrama



# A Tríade da Raiva



**8** (O Desafiador) lida com sua raiva assumindo uma postura de oposição em relação aos outros e ao mundo. Eles tendem a ser autoconfiantes, decididos, obstinados e conflituosos.

**9** (O Pacificador) nega sua raiva e, portanto, na maioria das vezes não tem consciência dela e geralmente evita conflitos. Eles tendem a ser receptivos, tranquilizadores, complacentes e resignados.

**1** (O Reformador) lidam com sua raiva tentando controlá-la e suprimi-la, resultando em uma atitude crítica em relação a si mesmos e aos outros. Eles tendem a ser íntegros, determinados, autocontrolados e perfeccionistas.

# A Tríade do Luto



**2** (O Ajudante) lida com sua dor tentando ganhar o amor dos outros e sendo visto como prestativo e atencioso. Eles tendem a ser generosos, demonstrativos, agradáveis e possessivos.

**3** (O Empreendedor) lida com sua dor negando-a e se esforça para ser visto como alguém valioso e bem-sucedido aos olhos dos outros. Eles tendem a ser adaptáveis, excelentes, motivados e conscientes da imagem.

**4** (O Individualista) lida com a sua dor preocupando-se com o seu sentido de identidade e singularidade. Eles tendem a ser expressivos, dramáticos, egocêntricos e temperamentais

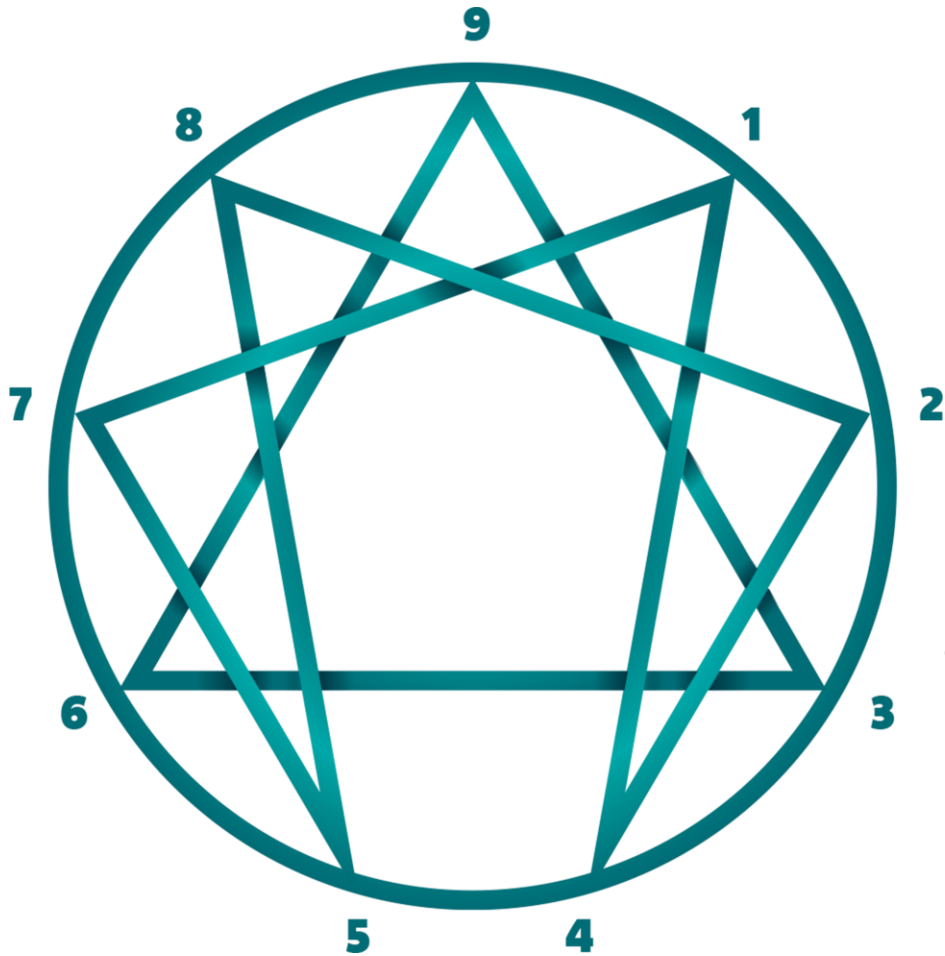
# A Tríade do Medo



**5** (O Investigador) teme ficar sobrecarregado e incapaz de lidar com o mundo exterior. Eles lidam com esse medo retirando-se para seu mundo mental interior. Eles tendem a ser perceptivos, inovadores, reservados e isolados.

**6** (O Legalista) lida com seu medo encontrando segurança em diferentes fontes, como relacionamentos, alianças ou sistemas de crenças. Eles tendem a ser envolventes, responsáveis, ansiosos e desconfiados.

**7** (O Entusiasta) teme seu mundo interior e tenta evitar sentimentos de dor e perda. Eles lidam com esse medo mantendo suas mentes distraídas e participando de atividades estimulantes no mundo exterior. Eles tendem a ser espontâneos, versáteis, gananciosos e dispersos.



O Símbolo do Eneagrama O Eneagrama é retratado como um círculo onde cada um dos nove tipos está posicionado a distâncias iguais na parte externa. Dentro do círculo há diversas linhas de conexão mostrando como os nove tipos estão relacionados entre si.

O símbolo do Eneagrama mostra como os nove tipos estão conectados e relacionados. Existem várias linhas de conexão dentro do círculo. Cada tipo de Eneagrama está conectado a dois outros tipos por meio dessas linhas internas. As linhas representam como cada tipo responde e se comporta sob diferentes condições. Uma linha, a Direção do Crescimento, mostra como um tipo se comporta quando está seguro, próspero e crescendo. A outra linha, a Direção do Estresse, representa como um tipo se comporta sob pressão ou perda de controle.

# Os três impulsos instintivos



O sistema Eneagrama identifica ainda três impulsos instintivos (também chamados de instintos). São processos biológicos que motivam os indivíduos a adotar determinados comportamentos, a fim de promover a sua sobrevivência e a sobrevivência da sua espécie. Os Instintos são cruciais para o nosso funcionamento como organismos biológicos e, como tal, têm uma influência significativa nas nossas personalidades.

Os três impulsos instintivos são:

**O Instinto de Autopreservação:** preocupado com a sobrevivência, o bem estar e a segurança.

**O Instinto Sexual:** preocupado com atração, namoro, exibição e competição sexual

**O Instinto Social:** preocupado com conexões sociais, relacionamentos e grupos

Cada pessoa tem (além dos nove tipos de padrões) todos os impulsos instintivos operando dentro dela. Porém, para cada pessoa, um dos Instintos é mais priorizado que os demais.

Isso é conhecido como Instinto dominante e receberá mais foco e atenção. O Instinto dominante, portanto, tem uma influência mais forte sobre a personalidade do que os outros dois Instintos e moldará significativamente as atitudes e valores de um indivíduo. Tudo na personalidade gravitará em torno da capacidade de atender às necessidades do Instinto dominante. Como tal, cada pessoa terá um impulso instintivo dominante e um padrão dominante do tipo Eneagrama.



**O Instinto de Autopreservação** é o impulso para a sobrevivência e o bem estar. Preocupa-se com questões de saúde, conforto, alimentação, abrigo, rotina e segurança material. Pessoas cujo instinto dominante é a autopreservação tendem a se concentrar em atender a essas necessidades; muitas vezes são disciplinados, orientados para a prática e têm a capacidade de estabelecer metas e cumpri-las.



**O Instinto Sexual** surge do desejo primordial de se reproduzir e garantir que o material genético de alguém possa chegar à próxima geração. É mais do que simplesmente um impulso para a reprodução; também envolve o ato de exibição de namoro e atração de outras pessoas importantes. Pessoas com um Instinto Sexual dominante muitas vezes estão preocupadas em perseguir o sentimento de “química” e em encontrar compatibilidade com outra pessoa. Isso pode incluir um parceiro sexual, amante ou amigo. Eles buscam constantemente relacionamentos específicos, interesses específicos, atividades intensas e estimulantes e gostam de ficar totalmente imersos e fundidos com eles.

**O Instinto Social** é o impulso para o relacionamento social e a intimidade. Pessoas com um Instinto Social dominante precisam ter um sentimento de pertencimento e se esforçar para se conectar com outras pessoas. Frequentemente, estão bem sintonizados com outras pessoas. Eles podem tentar ativamente formar novas relações e ter um olhar aguçado para as hierarquias sociais, usando isso para elevar a sua posição e posição social. O Instinto Social pode motivar uma pessoa a agir de forma altruísta, protegendo e conservando grupos para o bem maior de todos os envolvidos.

# A Neurociência da emoção



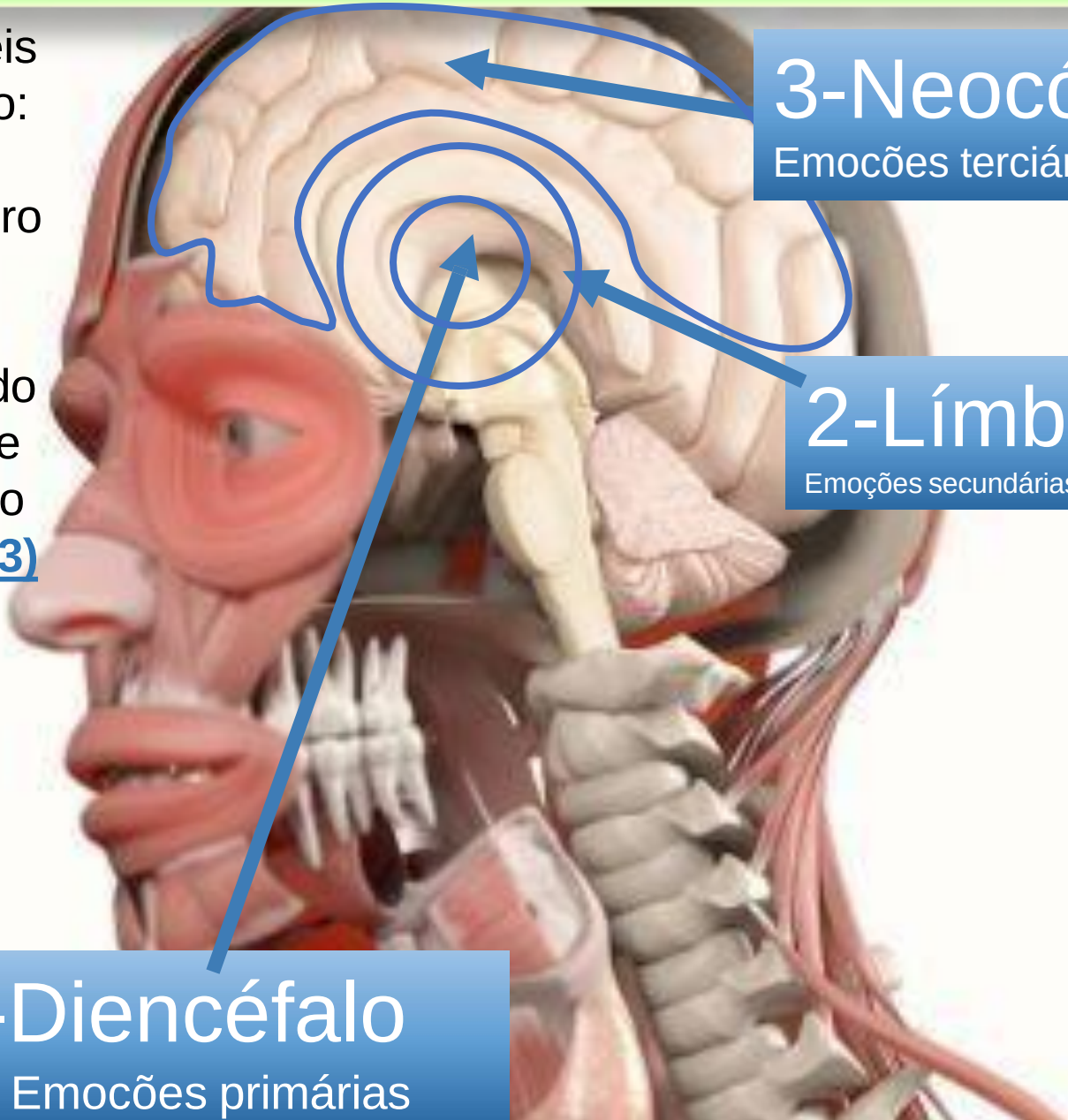
A investigação na ciência da emoção registrou progressos significativos que permitem afirmar que existem modelos realistas de como as emoções funcionam no cérebro.

A neurociência descobriu que as respostas emocionais primárias emergem do **mesencéfalo** e do **sistema límbico**. Essas respostas emocionais primárias são então moduladas e modificadas pelas regiões superiores do **neocórtex**. Por exemplo, quando um indivíduo está com raiva, a emoção crua da raiva emerge do mesencéfalo e do sistema límbico, mas é então modulada pelo neocórtex para ser expressa de maneiras que sejam um tanto aceitável para a comunidade circundante.

# Os três níveis de processamento emocional do cérebro

A neurociência afetiva identifica três níveis de processamento emocional no cérebro: primário, secundário e terciário. Esses processos aninhados permitem ao cérebro modular, aprender e refletir sobre as emoções primárias. Cada um desses processos existe em diferentes regiões do cérebro e cria uma hierarquia que ocorre anatomicamente, do mesencéfalo (1) ao sistema límbico (2) e até o neocórtex (3).

Assim, no **processo primário**, as emoções influenciam a aprendizagem que ocorre no nível do **processo secundário**, e os processos secundários orientam a formação de capacidades cognitivas superiores no nível do **processo terciário**.



1-Diencéfalo  
Emoções primárias

2-Límbico

Emoções secundárias

3-Neocórtex

Emoções terciárias



Cada um dos sistemas emocionais primários tem uma valência positiva ou negativa; eles podem causar atração ou aversão em resposta a uma determinada situação. MEDO, RAIVA e TRISTEZA são modos de reação negativa, gerando as emoções primárias de medo, raiva e tristeza. BUSCA, PRAZER, CUIDADO e ALEGRIA são modos de reação positiva, gerando as emoções primárias de excitação, prazer sexual, afeto e alegria, respectivamente.

A seguir, uma breve visão geral dos sete sistemas emocionais de processos primários no cérebro:



## 1 - O Sistema MEDO

FEAR

A função do sistema **medo** é sinalizar o perigo e orientar o animal, para que ele possa evitar e escapar da ameaça. Causa alterações fisiológicas no corpo, como aumento da frequência cardíaca e do fluxo sanguíneo. Quando este sistema é estimulado experimentalmente em humanos, os sujeitos relatam sentimentos de intenso **medo** e ansiedade sem causa aparente. Este sistema passa pelo PAG (substância cinzenta central), hipotálamo e amígdala.

## 2 - O sistema RAIVA

Rage



O sistema RAIVA permite que um animal se defenda e lute contra os concorrentes.

Quando a resposta RAIVA é evocada, os animais avançam em direção à causa da sua frustração e adotam comportamentos agressivos, como morder e arranhar. A estimulação deste sistema em humanos causa intensos ataques de **raiva**. A rede neural deste sistema passa pelo PAG, hipotálamo e amígdala.

# 3 - O sistema Luto

GRIEF



O sistema LUTO é ativado quando um indivíduo se separa de seu cuidador ou ente querido e está associado a sentimentos de angústia, tristeza e perda. Pode fazer com que um animal jovem apresente vocalizações de angústia (choro), para ser notado pelo cuidador e garantir que seja cuidado.

Pensa-se que a dor e a **tristeza** humanas são causadas pelo sistema LUTO. Está localizado no PAG, tálamo e giro cingulado anterior.

## 4 - O sistema BUSCA

SEEKING



Motiva o animal a buscar os recursos necessários à sobrevivência. Está associado a comportamentos exploratórios, apetitivos e inquisitivos que beneficiam animais individuais, ajudando-os a localizar comida, abrigo e outros recursos benéficos. Isso os motiva a interagir e se envolver com o ambiente e evoca sentimentos de excitação, antecipação e **busca**.

Este sistema também está envolvido em todos os outros sistemas emocionais e desempenha um papel de apoio no seu funcionamento. As áreas cerebrais associadas ao sistema BUSCA são o PAG, hipotálamo, área tegmental ventral (VTA), núcleo accumbens e feixe prosencéfalo medial. Quando ativado, o sistema BUSCA causa a liberação da substância química cerebral

## 5 - O sistema PRAZER

LUST



O sistema PRAZER motiva os animais a encontrar parceiros adequados e a se reproduzir. Envolve diferentes sentimentos associados à atração e excitação e **prazer** sexual. Este sistema estimula os animais a se envolverem em comportamentos de cortejo e acasalamento, que variam amplamente dependendo da espécie. Tradicionalmente, o prazer sexual muitas vezes não é considerada uma emoção, mas um instinto corporal. No entanto, Panksepp e muitos outros argumentam que deve ser considerada uma emoção porque produz comportamentos instintivos complexos, que são característicos das emoções. O sistema PRAZER está localizado no PAG, hipotálamo e amígdala. Está intimamente ligado à atividade de hormônios sexuais como a testosterona.

## 6 - O sistema CUIDADO

CARE



O sistema CUIDADO promove comportamentos de carinho e cuidado. Expressa-se especialmente na relação mãe-filho, onde ajuda a garantir que os filhos sejam devidamente cuidados e que todas as suas necessidades básicas sejam satisfeitas. O sistema **CUIDADO** está associado a sentimentos de amor e pode resultar em diversos comportamentos afetuosos, como acariciar e abraçar. Além do seu papel na maternidade, também pode promover outros laços sociais onde o cuidado está envolvido. Está localizado no PAG e no hipotálamo. Está associado a hormônios como oxitocina e prolactina

## 7 - O sistema ALEGRIA



PLAY

O sistema ALEGRIA promove interações amigáveis e diversão com outros indivíduos. Estimula o riso e a brincadeira e é particularmente ativo durante a infância. Ele estimula os animais a se envolverem em atividades físicas divertidas, como perseguir, cutucar e lutar. Essas atividades ajudam o animal a aprender regras sociais e a desenvolver laços sociais. Os comportamentos associados ao sistema ALEGRIA são acompanhados por um sentimento de intensa **ALEGRIA** social. Está localizado no PAG e no tálamo.

## O Eneagrama e os Sete Sistemas Emocionais de Processos Primários

As regiões cerebrais responsáveis principalmente pelas emoções e instintos são o mesencéfalo e o sistema límbico. Portanto, é razoável levantar a hipótese de que o Eneagrama tenha base neurobiológica nessas regiões. Além disso, os nove tipos de padrões e impulsos instintivos podem emergir de redes neurais distintas dentro dessas regiões cerebrais. A mais ativa dessas redes pode determinar o tipo de Eneagrama e o impulso instintivo dominantes de um indivíduo.

A proposição central deste artigo é que as Tríades e os Impulsos Instintivos do Eneagrama correspondem a padrões emocionais e instintivos que surgem dos sete sistemas emocionais de processos primários de Panksepp:

A Tríade do Medo corresponde ao sistema MEDO

A Tríade da Raiva corresponde ao sistema RAIVA.

A Tríade da Tristeza corresponde ao sistema do Luto

O Instinto de Autopreservação corresponde ao sistema BUSCA

O Instinto Sexual corresponde ao sistema PRAZER

O Instinto Social corresponde ao sistemas: CUIDAR e ALEGRIA

Dentro desta hipótese, os nove Tipos do Eneagrama seriam padrões psicológicos que emergem dos sistemas MEDO, RAIVA e LUTO. Eles podem ser diferentes circuitos neurais dentro dos sistemas emocionais primários ou processos superiores de modificação emocional.



# Você gostou?



Gratidão pela  
sua presença!