



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE
GESTÃO DAS PESSOAS

O melhor do mundo
está nas pessoas

www.apg.pt

ENEAGRAMA

9 Caminhos para o Sucesso

O que é o Eneagrama?

Um mapa de **autoconhecimento**, utilizado desde a antiguidade, que apresenta **9 tipos principais de personalidade** com seus distintos caminhos de evolução.

Hoje é usado ao redor do mundo como uma das mais poderosas ferramentas de **desenvolvimento pessoal e organizacional**.



O que nos tráz o Eneagrama?

- Não somos nossa personalidade, e sim temos uma
- Opções para pensar, sentir e agir
- Interromper reações automáticas
- Vencer limites auto-impostos
- Não somos escravos da maneira como sempre agimos e pensamos
- Desenvolver a nossa verdadeira identidade

Porquê o Eneagrama?

- Aponta os motivadores e estratégias por trás dos comportamentos (não apenas perfis de comportamento das pessoas, mas o que as motiva a serem assim).
- Propõe caminhos específicos de desenvolvimento, onde novas alternativas são disponibilizadas numa jornada de crescimento.

CONCEITOS CENTRAIS

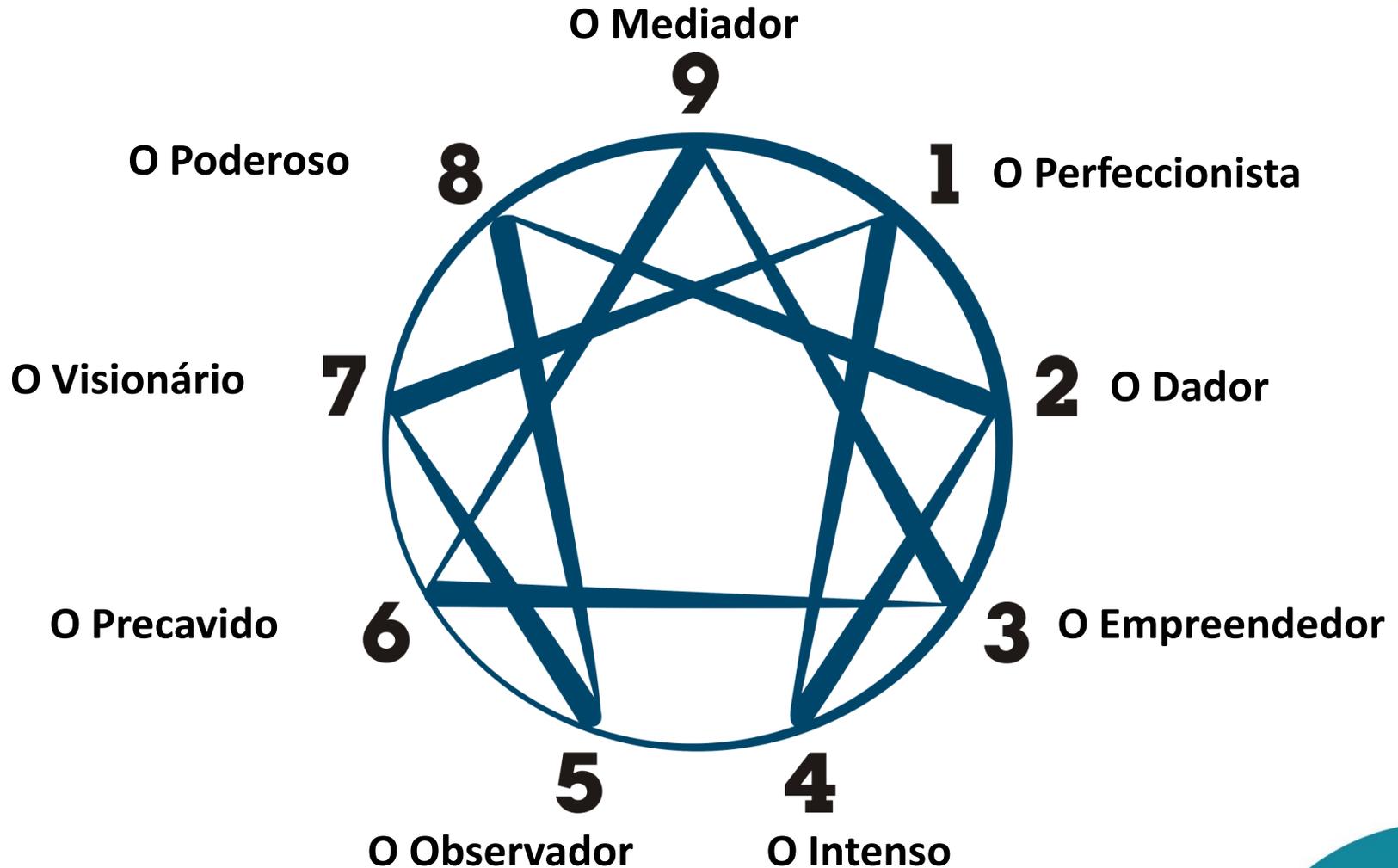
Existem 9 tipos humanos e cada pessoa tem um deles como predominante.

Nenhum tipo é melhor do que o outro.

Nosso tipo não muda, mas nós mudamos.

A nossa personalidade defende e protege-nos e, ao mesmo tempo, gera sofrimento, pelo distanciamento do nosso verdadeiro eu.

9 Tipos de Personalidade



O que cada um busca...



Tipo 8

Acredita que é preciso ter força, poder e controle para se defender, reagir às injustiças e ser respeitado.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Luxúria

Excesso, exagero e intensidade sem medidas como forma de trazer força e poder

Mecanismo de Defesa: *Negação*

Não admitir qualquer coisa que seja sinal de fraqueza e vulnerabilidade pessoal (erros, doenças, limites, carências ou emoções de medo e ternura).



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 8

HUGO CHAVEZ

SEAN CONNERY

FIDEL CASTRO

BERNARDINHO

PABLO PICASSO

Tipo 9

Acredita que seu valor vem pela promoção da harmonia, do consenso e da atenção a todos do grupo.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Inércia (preguiça interna)

Manter a inércia voltada para si e o esquecimento de si mesmo para não ver o que incomoda.

Mecanismo de Defesa: *Narcotização*

Forma de anestesiar a si mesmo desviando a atenção de tudo que gera conflito.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 9

TOM JOBIM

RONALDO

WALT DISNEY

KEVIN COSTNER

ABRAHAM LINCOLN

Tipo 2

Acredita que seu valor está em ser sempre solícito, disponível e atencioso para ajudar e desenvolver os outros.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Orgulho

Um sentimento de que os outros dependem de mim e eu não dependo de ninguém.

Mecanismo de Defesa: Repressão

Falta de consciência e de atenção às próprias necessidades, como forma de não enxergar sua vontade de receber cuidados e atenção dos outros.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 2

JOHN TRAVOLTA

ROBERTO CARLOS

PRINCESA DIANA

MADONNA

TEREZA DE CALCUTÁ

Tipo 3

Acredita que o mundo recompensa por resultados e valoriza somente os vencedores

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Auto-engano

Se sente rejeitado e cria a ilusão que é o máximo e esconde seus sentimentos reais.

Mecanismo de Defesa: Identificação

Assumir atributos da imagem bem sucedida desejada que vai garantir aprovação e acreditar que é tudo aquilo.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 3

AYRTON SENNA

PELÉ

TOM CRUISE

MICHAEL JORDAN

ARNOLD



Tipo 4

Acredita que há sempre algo que ele ainda não tem e que isso deve ser conquistado para que ele se sinta preenchido e valorizado.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Comparação

Comparação com os outros com uma tendência a achar que há algo que lhe falta.

Mecanismo de Defesa: Introjecção

Volta-se e fecha-se profundamente no mundo interno de seus próprios sentimentos, podendo trazer sentimentos lá de fora para dentro de si.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 4

MILTON NASCIMENTO

JANIS JOPLIN

JAMES DEAN

PRÍNCIPE CHARLES

RUBINHO



Tipo 5

Acredita em lógica, razão e análise de informações como os princípios mais confiáveis na tomada de decisão e resolução de problemas.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Avareza

Apego a uma necessidade de saber, entender e conhecer para preencher o mundo emocional.

Mecanismo de Defesa: Isolamento emocional

Evita criar ligação afetiva profunda com os outros, como forma se manter e se proteger no mundo conhecido da razão.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 5

EINSTEIN

BILL GATES

CHARLES DARWIN

MERYL STREEP

MARK ZUCKERBERG

Tipo 6

Acredita que deve planejar e se prevenir para tudo o que poderia dar errado, para assim garantir que as coisas aconteçam de forma segura.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Ansiedade (medo)

Como paralisação fruto da sensação de incapacidade perante perigos e desafios.

Mecanismo de Defesa: Projeção

Projetar sempre os piores cenários imaginando sempre o mais negativo de forma catastrófica.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 6

WOODY ALLEN

SHERLOCK HOLMES

MEL GIBSON

LULA

LUIZ FELIPE SCOLARI

Fóbicos

Contra-fóbicos

Tipo 7

Acredita em manter o otimismo, a animação e as novidades a qualquer custo para que a vida flua com prazer e sem dificuldades.

EMOÇÃO DESREGULADA (PAIXÃO):

Gula

Necessidade insaciável de ter prazer e experimentar novidades, ideias e estímulos externos.

Mecanismo de Defesa: Racionalização

Desculpas racionais (estórias inteligentes e persuasivas) que ajudam a evitar dificuldades, compromissos, frustrações e sentimentos difíceis.



PESSOAS FAMOSAS DO TIPO 7

STEVEN SPIELBERG

ROBIN WILLIAMS

LEONARDO DA VINCI

FHC

TOM HANKS

As 9 Visões de Mundo

- 1** O mundo é imperfeito e estou aqui para corrigi-lo.
Preciso ser bom e correto para ser merecedor.
- 2** Preciso ajudar deus a tomar conta do mundo.
Devo fazer pelos outros para ser aprovado e ter direitos.
- 3** O mundo só valoriza os bem sucedidos.
Preciso realizar e ter sucesso para ser reconhecido.

4 Algo fundamental está a faltar e os outros têm este algo.
Fui abandonado. Preciso alcançar a situação ideal ou cobiçada para ser feliz.

5 O mundo exige muito e dá muito pouco em troca.
Preciso ser auto-suficiente, racional e lógico.

6 O mundo é ameaçador, não se pode confiar.
Preciso obter proteção e segurança.

7

A vida frustra e limita as pessoas.

Preciso nunca me desanimar e ver o lado positivo.

8

O mundo é injusto e só os fortes sobrevivem.

Preciso ser forte e proteger os fracos.

9

Não serei valorizado se não me harmonizar e não concordar com os outros.

Os outros vêm antes de mim.



ENEAGRAMA NAS EMPRESAS

Liderança com Eneagrama

Comunicação com
Eneagrama

Coaching com Eneagrama

Conflitos e Eneagrama

Equipas de Alta
Performance e Eneagrama

Feedback com Eneagrama

OBRIGADA

Sandra Pereira

963 867 200

sandra.pereira@spcoaching.pt

sp coaching®
Action is the Key