

**INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR SANTANA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

TELMA REGINA ANTONIÁCOMI MASCHIO

**O ENEAGRAMA COMO FERRAMENTA DE AUTOCONHECIMENTO E SUA
RELAÇÃO COM A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL**

**PONTA GROSSA
2016**

TELMA REGINA ANTONIÁCOMI MASCHIO

**O ENEAGRAMA COMO FERRAMENTA DE AUTOCONHECIMENTO E SUA
RELAÇÃO COM A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso elaborado como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia na Instituição de Ensino Superior Sant'Ana.

Orientadora: Profa. Esp. Kelly de Lara Soczek

**PONTA GROSSA
2016**



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA — Recredenciada pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA — Credenciado pela Portaria MEC nº 2812 de 3 de outubro de 2002

Rua Pinheiro Machado, 189 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (42) 3224-0301
<http://www.iessa.edu.br> - secretaria @iessa.edu.br

Rua Pinheiro Machado, nº 189 – Centro – Ponta Grossa - PR
CEP 84010-310 Fone: (0**42) 3224-0301

Ata de Defesa Final de TCC CURSO DE BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Aos vinte e cinco dias do mês de novembro, do ano de dois mil e dezesseis, no horário das dezessete horas às dezessete horas e quarenta minutos, na sala oito do Instituto de Ensino Superior Sant'Ana, foi realizada a defesa pública do Trabalho de Conclusão de Curso da acadêmica **Telma Regina Antoniácomi Maschio**, intitulado “O ENEAGRAMA COMO FERRAMENTA DE AUTOCONHECIMENTO E SUA RELAÇÃO COM A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL”. A Banca Examinadora, composta pelos professores Kelly de Lara Soczek (como presidente), Donizeti Pessi, Maurício Wisniewski, após avaliação e deliberação, considerou o trabalho: **Aprovado**

Eu, presidente da banca, lavrei a presente ata que segue assinada por mim e demais membros:

Presidente: Kelly de Lara Soczek

Membro1: Donizeti Pessi

Membro2: Maurício Wisniewski

Dedico este trabalho à minha família, tão importante foi a compreensão que tiveram quando precisei abdicar dos nossos momentos, pelas constantes horas de estudos. O apoio, o incentivo e a compreensão pelos momentos de desabafo foram decisivos para que continuasse firme na consecução de meus objetivos.

AGRADECIMENTOS

Ao Gente Re-Gente, pela colaboração com a pesquisa facilitando o contato com os pesquisados.

A Kelly de Lara Soczek, que se disponibilizou em abraçar o tema escolhido de pesquisa, apesar de ser um tema pouco explorado.

A minha filha, que me apoiou dando exemplos de maturidade, nos momentos em que enxugava minhas lágrimas por estar exausta ou por algo não ter saído como esperava.

A todos que colaboraram de forma direta ou indireta na realização deste trabalho.

Epígrafe

Ditado Sufi: "Tornar-se aquilo que você era antes de ser, com a lembrança e a compreensão daquilo que você veio a ser".
(PALMER, 2000, p.43)

RESUMO

O Eneagrama como ferramenta de autoconhecimento e a Teoria Cognitivo-Comportamental como teoria psicológica são duas teorias que visam proporcionar às pessoas maior autoconhecimento, ambas com antecedentes e conteúdos que se procurou demonstrar nesta pesquisa como correlatos. Esta pesquisa básica de levantamento de dados buscou responder à pergunta: O autoconhecimento proporcionado pelo Eneagrama favorece a busca pelo desenvolvimento pessoal e pode ser uma ferramenta útil na terapia? A pesquisa objetivou analisar, através dos conteúdos trazidos por pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, a possibilidade de traçar objetivos a serem trabalhados em terapia, sob o enfoque da Teoria Cognitivo-Comportamental e se essas mesmas pessoas apresentariam maior abertura a um trabalho terapêutico. O instrumento de coleta de dados foi o questionário misto com perguntas tricotômicas, múltipla escolha e perguntas abertas, enviado a cem pessoas que realizaram pelo menos o Eneagrama I, curso oferecido por uma Instituição, que ministra o curso. Os dados foram analisados quantitativamente, através da tabulação simples das questões fechadas, e qualitativamente através da análise de conteúdo das justificativas e questões abertas. Os resultados obtidos revelaram tanto quantitativamente, quanto qualitativamente, pelas respostas dos pesquisados que o Eneagrama proporciona o autoconhecimento ou pelo menos desperta o interesse pelo desenvolvimento pessoal e traz conteúdos que podem ser objeto de trabalho em terapia. Revelou também que algumas questões podem ser modificadas ou adequadas a novas pesquisas. A pesquisa se baseou em uma amostra pequena, não representando o total dos eneatisos do Eneagrama ou um número substancial de cada tipo para que se pudesse se obter dados mais concretos, portanto, não podendo ser generalizados, porém, a correlação levantada na pesquisa entre as duas teorias sugere maior aprofundamento, pois revelou dados bastante interessantes que merecem ser analisados em novas pesquisas. Espera-se ter contribuído com a Instituição pesquisada, no que concerne à validade da utilização da ferramenta do Eneagrama como instrumento de autoconhecimento; com a sociedade, oportunizando conhecimento sobre essa ferramenta; e com a psicologia e o meio científico ao oportunizar os resultados da pesquisa que podem servir de base para aplicação em outros grupos de pesquisa ou aprofundamento do conhecimento sobre o tema a partir dos dados obtidos.

Palavras-chave: Eneagrama; autoconhecimento; TCC; terapia.

ABSTRACT

The Enneagram as a tool to self-knowledge and the Cognitive Behavior Theory as a psychological theory are two theories that provide to people more self-knowledge, both with backgrounds and content, which was demonstrated in this research as related. This basic research of data collection sought answer the question: the self-knowledge given by the Enneagram favors the search for personal development and can be a useful tool in therapy? The research objected analyze, through data from people who experienced Enneagram, the possibility to trace objectives that needed to be worked in therapy, by the focus of Cognitive Behavior Theory, and if those people presents more opening to a therapeutic work. The instrument to data collection used here was a mixed questionnaire with questions “tricotômicas”, multiple choice and open questions, sent to one hundred people that participated in the Enneagram I, offered by one Institution that give the course. The data were analyzed quantitatively, through a simple tab to the closed questions, and qualitatively, through the analysis of the content in the justifications and open questions. The results obtained revealed, quantitatively and qualitatively, by the response of the people surveyed, that the Enneagram provides self-knowledge or at list arouses the interest for personal development, and brings contents that can be objects of therapeutic work. It also revealed that some questions could be modified or appropriated to new researches. This research was based on a small sample and did not represent the total of ‘eneatipos’ from the Enneagram or a significant number of each type for obtain more concrete data, therefore, they cannot be generalized. However, the correlation between the two theories, pointed in this research, suggests more deepening, because it revealed interesting data that deserves to be analyzed in new researches. We hope to have contributed with the institution regarding the validity of the tool Enneagram as an instrument to self-knowledge; with the society, delivering knowledge about this tool; and with psychology and the scientific community by delivering the results of the research that may be used as base to the application in other research groups or for deep knowledge about the topic through the obtained data.

Key-words: Enneagram, self-knowledge; CBT; therapy.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Forma de Apresentação do Eneagrama	18
Figura 2: Centros de Inteligência ou Instintivos	19
Figura 3: Manifestação das Questões Emocionais	22
Figura 4: Modelo Cognitivo.....	31
Figura 5: Modelo Cognitivo-Comportamental Básico: Exemplo de um Paciente com Fobia Social.....	34

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Composição da amostra.....	47
Tabela 2: Resultados das Respostas Relacionadas ao Autoconhecimento/Autoimagem/ Comportamento de Si e dos Outros/Ferramenta de Autoconhecimento.....	51
Tabela 3: Resultados das Justificativas Relacionadas ao Autoconhecimento/ Autoimagem / Entendimento do Comportamento de Si e dos Outros/Ferramenta de Autoconhecimento.....	52
Tabela 4: Resultados das Respostas Comuns às Afirmativas de Cada Eneatipo.....	57
Tabela 5: Demonstração dos Resultados em Relação às Emoções/Crenças/Corpo/Postura	60

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Faixa Etária dos Pesquisados	50
Gráfico 2: Disposição da Amostra em Relação ao Gênero	50
Gráfico 3: Distribuição dos Eneatipos da Amostra	51
Gráfico 4: Demonstração dos percentuais em Relação às Respostas Correlatas e Não Correlatas/ Branco	53
Gráfico 5: Demonstração dos Percentuais em Relação à Procura de Outros Recursos Anteriormente ao Eneagrama (Questão Sete)	56

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Demonstração das Categorias e Palavras Chaves Utilizadas em Cada Questão.....	48
---	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	17
2.1 ENEAGRAMA	17
2.1.1 Origens	17
2.1.2 A Ferramenta “Eneagrama”	17
2.2 TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL	29
2.3 RELAÇÃO ENTRE o ENEAGRAMA E A TEORIA COGNITIVO-COMPORTA- MENTAL	37
2.3.1 Fundamentos	37
2.3.2 Ferramenta de Autoconhecimento	37
2.3.3 Focos de Atenção e Conteúdos a serem Trabalhados	39
2.3.4 Quando o Normal Torna-se Patológico	41
3 METODOLOGIA	44
3.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA	44
3.2 SELEÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	45
3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA E DADOS COLETADOS	46
3.4 MÉTODO DE ANÁLISE DE DADOS	47
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	50
5 CONCLUSÃO	69
REFERÊNCIAS	72
APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO	74
QUESTIONÁRIO	75
ANEXO A - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL	78
ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	82
ANEXO C – PARTES INTEGRANTES DO QUESTIONÁRIO	86
Afirmativas dos tipos “Um”	87
Afirmativas dos tipos “Dois”	88
Afirmativas dos tipos “Três”	89
Afirmativas dos tipos “Quatro”	90
Afirmativas dos tipos “Cinco”	91

Afirmativas dos tipos “Seis”	92
Afirmativas dos tipos “Sete”	93
Afirmativas dos tipos “Oito”	94
Afirmativas dos tipos “Nove”	95
Desdobramentos da Pergunta 13	96
ANEXO D – PB – PARECER CONSUBSTANCIADO – CEP – 1538526.....	97

1 INTRODUÇÃO

Com a presente pesquisa buscou-se trazer à tona o tema “Eneagrama”, que não é um conteúdo considerado dentro da academia de psicologia, pelo menos não no Brasil, porém, é muito pesquisado internacionalmente.

Desde muito tempo o ser humano busca o autoconhecimento através da reflexão de seus pensamentos, comportamentos e atitudes. Um exemplo disso são as filosofias, através de seus filósofos, religiões e misticismos antigos.

O Eneagrama, exemplo dessa busca, é um conhecimento de origem oriental, ligado ao misticismo Sufi, uma tradição oral de transmissão de conhecimento sobre as aptidões pessoais e autoconhecimento.

Essa ferramenta está sendo utilizada pelas organizações para identificação de características pessoais, na busca de pessoas com qualidades e aptidões para determinadas tarefas. Mas, ela também vem sendo utilizada como um instrumento de autoconhecimento nas várias esferas da sociedade, inclusive como ajuda no crescimento pessoal e espiritual, aliada a dinâmicas, partilhas e vivências. (IEA BRASIL, 2014)

A escritora e psicóloga americana, Helem Palmer (2000), que trata do Eneagrama em sua obra, descreve como percebeu seu contato com o Eneagrama, expressando que, apesar de prezar o procedimento científico, não pôde ficar alheia ao seu conteúdo como um mapa global, que permite à pessoa expressar-se a partir do contato com seu conteúdo teórico sobre o funcionamento do ser humano.

Outros exemplos da busca incessante do ser humano pelo autoconhecimento, com o surgimento da psicologia enquanto ciência, são as diversas teorias psicológicas da personalidade, abordagens e técnicas psicológicas que buscam explicar, compreender e ajudar o ser humano no seu desenvolvimento e relacionamentos.

Entre essas teorias está a Teoria Cognitivo-Comportamental, segundo Wright Basco e Thase (2008), uma teoria influenciada pela perspectiva cognitiva dos antigos filósofos estoicos, tradições filosóficas orientais, como o taoísmo, o budismo, e a teoria comportamental.

Com o Eneagrama como ferramenta de autoconhecimento e a Teoria Cognitivo-Comportamental como teoria psicológica objetivou-se analisar, através dos

conteúdos trazidos por pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, a possibilidade de traçar objetivos a serem trabalhados em terapia, sob o enfoque da Teoria Cognitivo-Comportamental, e verificar se essas mesmas pessoas apresentariam maior abertura a um trabalho terapêutico. Com isso buscou-se a resposta à pergunta: O autoconhecimento proporcionado pelo Eneagrama favorece a busca pelo desenvolvimento pessoal e pode ser uma ferramenta útil na terapia?

Acredita-se na relevância do tema por entender que o Eneagrama pode auxiliar no processo terapêutico facilitando o encontro da pessoa com suas dificuldades e potencialidades.

Por ser uma ferramenta, que chama a atenção por definir traços de personalidade e descrever atitudes e comportamentos das diversas formas de se apresentar ao mundo, ela pode ser um chamariz para um primeiro contato da pessoa com sua maneira de ser, com suas dificuldades e habilidades e para despertar o interesse das pessoas em procurar terapia, mesmo sentindo-se feliz, ou não apresentando nenhum transtorno psicológico.

Relacionar, a Teoria Cognitivo-Comportamental, com o Eneagrama é uma forma de oferecer às pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, técnicas bastante efetivas e já testadas dentro da psicologia, na busca desse aprendizado da vida interior sugerida pelo Eneagrama.

Trazer os conteúdos que essas pessoas já reconhecem como seus para a terapia, busca desenvolver técnicas de enfrentamento e treinamento para essas pessoas transporem as barreiras, que as impedem de ser uma pessoa melhor, desenvolvendo mais ainda suas potencialidades e facilitando o processo terapêutico.

Esta pesquisa de natureza básica de levantamento de dados através do questionário, buscou responder qualitativamente, pela análise de conteúdo e quantitativamente, pela tabulação simples dos dados levantados no questionário, e no referencial teórico, em relação ao Eneagrama e à Teoria Cognitivo-Comportamental, ao problema da pesquisa.

A pesquisa apresenta no item dois, a fundamentação teórica em três tópicos: o Eneagrama, a Teoria Cognitivo-Comportamental, e a Relação entre as duas teorias, cada qual com seus desmembramentos sobre as origens, fundamentos, ferramenta de autoconhecimento, principais conceitos, e conteúdos.

No item três é apresentada a metodologia com seus desdobramentos: delineamento da pesquisa, seleção e caracterização da amostra, instrumento de pesquisa e análise dos dados, onde são demonstrados os propósitos da pesquisa e como foi realizada.

Posteriormente, no item quatro, demonstram-se os resultados obtidos a partir da análise realizada, e a discussão em relação aos mesmos, seguido das conclusões e referências.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 ENEAGRAMA

2.1.1 Origens

O Eneagrama, segundo Rohr e Ebert (2010), é um conhecimento que vem das antigas religiões e do misticismo *Sufi*¹, e que remonta mais de 2000 anos. Sua tradição de transmissão do ensinamento era oral e assim ele foi trazido ao ocidente por George Ivanovitch Gurdjieff, que continuou essa tradição, com exercícios vivenciais aos seus seguidores.

Segundo Palmer (2000), ele foi mantido em segredo e utilizado de maneira criteriosa pelos seus mestres, por entenderem que somente a teoria, sem a instrução de alguém que o conhecesse profundamente, sem a orientação 'daqueles que sabem', não seria suficiente para a compreensão da profundidade e complexidade de seu conteúdo.

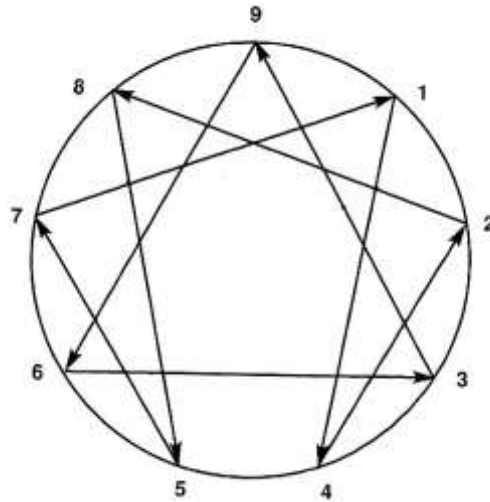
Naranjo, psiquiatra chileno, segundo Rohr e Ebert (2010), havia absorvido esse conhecimento em um período de estudos no Chile, com Oscar Ichazo. Segundo Palmer (2000) a forma conhecida hoje do Eneagrama foi iniciada por Ichazo e aperfeiçoada por Naranjo, que trouxe a compreensão do mesmo em termos psicológicos.

2.1.2 A Ferramenta “Eneagrama”

O termo “Eneagrama” vem do grego, onde *ennea* quer dizer nove e *gramma* quer dizer ponto, letra ou pequeno peso, representando os nove tipos de personalidade encontrados no Eneagrama e relacionados entre si através de um fluxo contínuo, que se distribuem em um círculo e se interligam por linhas formando uma estrela de nove pontas (BERGIN, FITZGERALD, 1996), conforme figura abaixo:

¹ Sufi – Misticismo de origem islâmica, que busca o desenvolvimento de formas mais elevadas da consciência e a união à Deus, independentes, não subordinados às regras oficiais do islamismo. (PALMER, 2000; ROHR, EBERT, 2010)

Figura 1: Forma de Apresentação do Eneagrama



Fonte: Arquivo do Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente

As linhas que formam a estrela e interligam cada ponto entre si, identificados por nomes ou números, cada qual com suas características, indicam através de uma seta os pontos de estresse ou tensão, e na direção contrária à seta, os pontos de segurança ou crescimento. (RHOR, EBERT, 2010; BERGIN, FITZGERALD, 1996)

Segundo os mesmos autores, o ponto de estresse representa as qualidades negativas que o TIPO² assume, sob pressão; e o ponto de segurança representa as qualidades positivas do TIPO, rumo ao crescimento e aperfeiçoamento de suas qualidades e potencialidades.

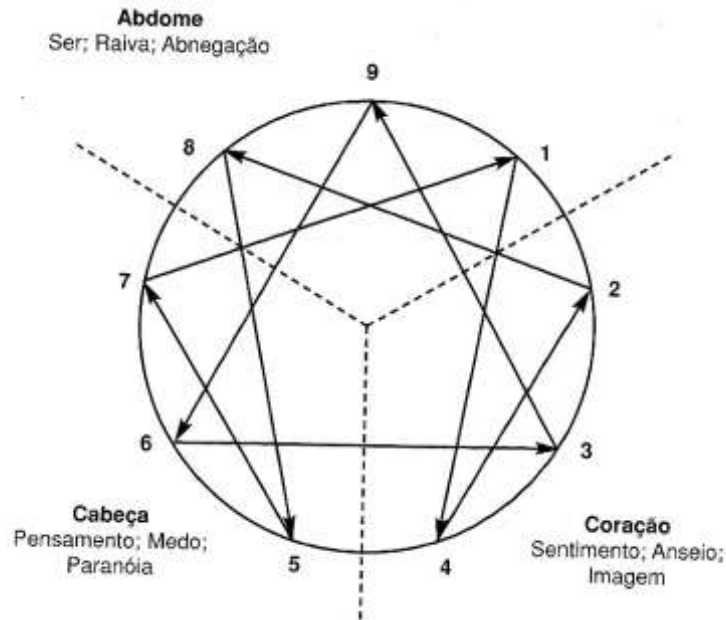
Em seu estudo, Daniels e Price (2014) trazem a possibilidade de os tipos assumirem tanto as qualidades positivas, quanto as negativas de cada um de seus pontos de estresse ou segurança, dependendo da circunstância e do grau de desenvolvimento e trabalho com o Eneagrama.

Os tipos que compõem o triângulo no centro do círculo representam as questões nucleares correspondentes: a) aos centros de inteligência ou instintivos, representados pela barriga ou abdômen, coração e cabeça; b) às questões emocionais, como a raiva, “o que estou sentindo” ou ansiedade e o medo; e c) às questões mentais, que correspondem a fixações como o esquecimento de si ou abnegação, que serão tratados como sinônimos, a imagem e a paranoia. (PALMER, 2000, WEBB, 1998)

² A palavra TIPO está destacada em maiúsculo para designar que representa as características do tipo do Eneagrama, somente será destacado o singular da palavra.

Essas três questões estão representadas, de maneira unificada, na figura abaixo, conforme Webb (1998):

Figura 2: Centros de Inteligência ou Instintivos



Fonte: WEBB, 1998, p.8.

Essas questões nucleares formam a base central dos nove eneatis³. A partir dos três eneatis centrais, 9, 3 e 6, do triângulo, se desdobram os demais tipos, 1, 2, 4, 5, 7 e 8. Os tipos localizados logo ao lado de cada TIPO do triângulo são denominados de asas ou alas, conforme os autores, e são responsáveis pela grande gama de variações de cada TIPO. (ROHR, EBERT, 2010)

Esses eneatis refletem as variações das mesmas questões nucleares do eneatis central, só que de maneiras distintas, externalizada, ou internalizada, sendo que o eneatis central reflete a maneira reprimida de manifestação das questões nucleares. (PALMER, 2000)

O Eneagrama apresenta um traço principal de cada eneatis. Essa realidade é percebida de maneira limitada, como se somente um ângulo limitado, e não os 360º graus fossem visualizados pelo eneatis. Esse conhecimento é dinâmico e do traço principal derivam vários outros conceitos de identificação e manifestação dos tipos e de suas maneiras de ser, agir e sentir o mundo. (ibid)

³ Tipo do Eneagrama que apresenta determinadas características de personalidade específicas

Sobre as características e a maneira de ser de cada tipo Daniels e Price (2014, p. 15) colocam:

O Eneagrama é um sistema de personalidade poderoso e dinâmico que postula a existência de nove padrões de pensamento, sentimento e ação, definidos e fundamentalmente diversos entre si. Cada um dos nove padrões baseia-se numa tendência explícita de percepção. Essa tendência, ou filtro, determina os objetos aos quais você presta atenção e o modo pelo qual você dirige o uso da sua energia. Cada um dos nove padrões é um postulado básico, uma crença, acerca do que é necessário para a sobrevivência e a satisfação na vida.

Esse filtro, de que falam os autores acima, representa a maneira como cada um dos tipos vivencia sua experiência única de viver. A seguir são apresentadas as questões nucleares acima identificadas, que são alguns desses filtros, que refletem a maneira de vivenciar suas experiências no mundo, sendo cada um de forma diferenciada.

Todos os tipos possuem os três centros de inteligência: representados pela barriga, coração e cabeça, porém, cada tipo escolhe um deles como canal principal, como filtro para agir, reagir e interagir aos acontecimentos e às experiências. (PALMER, 2000)

Daniels e Price (2014) conceituam os grupos de acordo com estes centros da seguinte forma:

- Tipos relacionados à barriga - 8, 9 e 1 - se utilizam mais das sensações físicas, para assegurar sua posição e minimizar seu desconforto em relação ao lugar que querem ocupar no mundo. Um exemplo tirado da apostila do Eneagrama I (2015) da relação deste centro com seu corpo é o pensamento “Eu sou o meu corpo”, e um exemplo, tirado da mesma apostila, em relação à sua crença, denominada de mentira fundamental, nesta apostila, é o pensamento “Eu sou ruim, mau (má)”.
- Tipos relacionados ao coração, cardíacos - 2, 3 e 4 - se utilizam mais da inteligência emocional para ganhar aprovação e reconhecimento, eles ficam atentos ao estado de humor e aos sentimentos dos outros, e se adequam à realidade para serem queridos e amados. Um exemplo tirado da apostila do curso do Eneagrama I (2015) da relação deste centro com seu corpo é o pensamento “Eu tenho corpo”, e um exemplo, segundo a mesma apostila, em relação à sua crença fundamental, é o pensamento “Eu sou incapaz, inferior”.

- Tipos relacionados à cabeça, cefálicos - 5, 6 e 7 - se utilizam mais do recurso mental para entender e vivenciar as suas realidades, utilizam a racionalização, planejamento e imaginação, para lidar com suas frustrações e situações dolorosas. Um exemplo, trazido na apostila do curso do Eneagrama I (2015) da relação deste centro com seu corpo é o pensamento “Que corpo”, e um exemplo, segundo a mesma apostila, em relação à sua crença fundamental, é o pensamento “Sou sem valor, não sirvo para nada”.

Em relação à segunda questão nuclear que envolve as emoções, Palmer (2000) traz a: a) raiva como a emoção predominante do TIPO nuclear nove e seu centro correlato - 8, 9 e 1; b) a ansiedade, que é tratada aqui como sinônimo do que a autora designa como “o que estou sentindo”, como emoção predominante do TIPO nuclear três e seu respectivo centro correlato - 2, 3 e 4; e c) o medo trazido pela mesma autora como emoção predominante do TIPO nuclear seis e seus correlatos - 5, 6 e 7.

Da mesma forma que nos centros de inteligência, todos os tipos manifestam as três emoções, porém uma é mais consciente, outra é intermediária, e outra é reprimida, esta última é difícil de trazer à consciência, pois faz parte da crença nuclear do TIPO. (MELENDO, 2001)

A figura a seguir ilustra a maneira como cada TIPO dentro de seus centros manifestam suas emoções.

Figura 3: Manifestação das Questões Emocionais



Fonte: PALMER, 2000, p. 66.

Sobre a terceira questão nuclear, Palmer (2000) e Webb (1998) trazem as questões mentais, que correspondem às outras formas pelas quais os tipos vivenciam os acontecimentos, sendo elas: a) o esquecimento de si mesmo ou abnegação, que serão tratados como sinônimos, e são representados pelo grupo - 8, 9 e 1; b) a imagem, referente ao grupo - 2, 3 e 4; e c) a paranoia referente ao grupo - 5, 6 e 7.

Essas questões, segundo Webb (1998) representam a preocupação básica e o foco de atenção de cada personalidade do Eneagrama, que serão trazidas nas características de cada tipo.

Além dessas questões nucleares, que estão ligadas ao traço principal de cada eneatipo, o Eneagrama traz muitas outras questões e desdobramentos a partir delas, que resultam na grande variedade de manifestações e características dentro de um mesmo eneatipo como: a fixação do ego, a idealização do ego, a paixão, os mecanismos de defesa, entre outros. (MELENDO, 2001; PALMER, 2000)

Serão apresentados a seguir alguns dos conceitos citados, trazidos pelo Eneagrama, que norteiam o aprendizado de quem procura identificar-se para trilhar o caminho do autoconhecimento.

Devido à grande diversidade de termos encontrados na literatura, optou-se por utilizar as definições e conceitos trazidos por Melendo (2001):

- **Fixação do Ego** - são comportamentos aprendidos por repetição, que se fixam de tal maneira no pensamento (cabeça), e comportamento da pessoa, tornando-se um padrão, um hábito, como uma compulsão, denominado por Ichazo (1972 apud MELENDO, 2001, p. 19) como “um círculo vicioso’, que começa e termina em si”, o autor ainda coloca que é como se fosse uma distorção da qualidade essencial de cada TIPO e tem relação com as questões mentais nucleares.

- **Idealização do Ego** – é a imagem criada em função de um ideal do ego, impossível de alcançar e é representada pelo pensamento ‘você deveria ser’.

- **Paixão** – definida como o tom emocional tomado a partir da fixação do ego, que é a compulsão mental. Com conteúdo geralmente falso e inconsciente, visto que é construída a partir de uma fixação mental, também falsa e inconsciente. A paixão tem relação com as questões emocionais nucleares.

- **Mecanismo de defesa** - são mecanismos ativados inconscientemente como defesa a impulsos, experiências e acontecimentos ameaçadores. São utilizados como estratégias para esconder a fixação do ego e proteger a imagem construída, que a pessoa acredita ser válida pelo menos nos primeiros anos de sua juventude.

Serão descritas, a seguir, as características dos eneatis, a partir dos conceitos já apresentados. As terminologias e descrições estão de acordo com as definições utilizadas pelos autores Palmer (2000) e Melendo (2001).

- TIPO um – Perfeccionista

Os tipos um aprenderam desde pequenos a serem corretos para conquistar seu espaço. Sua atenção mental (fixação do ego) se voltou para a busca constante da perfeição, de si mesmo, dos outros e do mundo. Assim, tornam-se autocríticos, por idealizarem a imagem de ser perfeito, terem razão e serem bons.

A raiva é a paixão do tipo um, pelo alto nível de exigência, de si mesmo, e dos outros, seu mecanismo de defesa é a formação reativa, para não demonstrarem a raiva, assim demonstram por fora o contrário do que estão sentindo por dentro, se

mostram complacentes e sorridentes, mas acabam demonstrando na rigidez física e na ironia este descontentamento.

Os pensamentos do tipo um são: Não sou bom o suficiente! Eu estarei bem somente quando for perfeito. Eles estão me julgando. (ROHR, EBERT, 2010)

- TIPO dois - O Dador

Sua fixação do ego é sentir-se indispensável, sentindo-se superiores por isso. Eles idealizaram que somente ajudando e se doando aos outros é que seriam merecedores de atenção e carinho, porque não sabem reconhecer seus próprios valores.

Esta aparência de quem sabe do que os outros precisam, é sua paixão, o orgulho, que oculta um sentimento de inferioridade e dependência. Seu mecanismo de defesa é a repressão, que oculta o que eles não querem ver, sua própria carência e desejo de serem amados e queridos.

Pensamentos do TIPO dois: “Serei amado se for prestativo, meigo e colocar as necessidades dos outros em primeiro plano. Por que me deixei explorar outra vez? Ninguém consegue dar-me o apoio necessário”. (HOHR, EBERT, 2010, p. 76-77-80)

- TIPO três - O Desempenhador

A eficácia é a fixação do ego do TIPO três. Eles precisam aproveitar o tempo ao máximo fazendo o trabalho render, tanto o seu quanto o dos outros. Sua energia é inesgotável. Perseguindo o ideal de serem, eficazes, eficientes e de terem sucesso, se afastam de seus verdadeiros sentimentos, necessidades e liberdade.

A vaidade em relação à sua imagem de bem sucedidos, é sua paixão. A identificação com os papéis e atividades que desempenham é seu mecanismo de defesa, pois assim enganam ou mentem a si mesmos sobre suas reais necessidades e se afastam da possibilidade de sentirem-se fracassados.

Pensamentos do TIPO três: “Sou bom quando venço. Será que terei êxito?”. (ROHR, EBERT, 2010, p.95)

- TIPO quatro - O Romântico Trágico

Quando crianças sentiram a falta do adulto significativo, por isso se fixaram na falta do que não têm mais do que nas coisas que têm. Eles têm a melancolia

como fixação do ego, vivenciam tudo de maneira muito profunda e intensa, que chega a aborrecer aos outros.

Idealizam que são diferentes, especiais, sensíveis pela profundidade com que vivem as coisas, não se contentam com o simples, com o singelo.

Sua paixão é a inveja que se exprime pela nostalgia e o anseio por algo que vai emergir, anseia viver o presente com naturalidade, porque ele não parece real.

Para encobrir seus sentimentos de eterno descontentamento e abandono utilizam-se do seu mecanismo de defesa, que é a sublimação artística. Através da criatividade e da representação artística extravasam toda sua excentricidade e intensidade de sentimentos acumulada.

Pensamentos do TIPO quatro: “Como é possível que as outras pessoas sempre se sintam bem e consigam sorrir? O que têm elas em comum que eu não tenho?” (ROHR, EBERT, 2010, p. 117). “Se apenas soubessem como me sinto. Eles verão como sofri depois que partir”. (PALMER, 2000, p. 233)

- TIPO cinco - O Observador

Os tipos cinco são pessoas reservadas, que mantém uma distância emocional dos outros. Engajamento e envolvimento não são seu forte por acharem que irão esgotar suas energias, dinheiro, tempo, ideias e, sobretudo, sentimentos.

Este pensamento de que têm que reservar senão irão perder é sua fixação do ego, traduzida por mesquinhez, porque conseguem viver com um mínimo. Sua paixão é a avareza, que pode também ter a conotação de ganância, por terem necessidade de acumular. Acumular conhecimento, principalmente, pois entendem que saber dá poder.

Sua idealização é buscar sempre mais conhecimento, pensar sempre mais sobre o assunto, porque lhes dá segurança.

O isolamento ou a compartimentação são seus mecanismos de defesa para sobreviverem às experiências sentidas ou vividas.

Pensamentos do TIPO cinco: “O drama é para seres inferiores. Já passei por isso antes. Não preciso disso, posso passar sem. Vou me dar bem quando eu quiser, mas não quando vocês tiverem a expectativa”. (PALMER, 2000, p. 235-247-259-265)

- TIPO seis - O Patrulheiro

Eles cresceram voltando sua atenção para tudo que era perigoso ou que poderia dar errado. Por isso vivem desconfiados, medrosos e titubeantes quanto à intenção dos outros. Sua fixação do ego é o temor do perigo, que se exprime em forma de dúvida e covardia. Procuram combater esse temor certificando-se com as pessoas, pesquisando sobre suas ideias e pensamentos.

Idealizam que são fiéis e leais porque precisam de outra pessoa, principalmente, uma autoridade, ou as normas e a lei para se sentirem seguros e encobrirem sua sensação de impotência, porém podem se mostrar rebeldes pela própria desconfiança que cultivam.

Medo, insegurança, são as suas paixões, que experimentam pela sua constante dúvida de sua coragem. Projeção é seu mecanismo de defesa. Eles projetam sua rebeldia, sua desconfiança, medo e insegurança, como sendo dos outros e não seus.

Pensamentos do TIPO seis: “Duvido que isso funcione!; Sim, mas...!; Em que confiar agora que estou por cima?; Por onde é mais provável que os problemas apareçam?; O golpe virá quando eu estiver despreparado.” (PALMER, 2000, p. 284-287-305)

- TIPO sete - O Epicurista

Muitas pessoas do TIPO sete tiveram, em sua vida na infância, situações traumáticas e que querem esquecer tornando a vida colorida. Por isso, se mostram otimistas, vibrantes e alegres. A fixação do ego do TIPO sete é o planejamento. Planejando sempre o futuro, de maneira fantasiosa e prazerosa, se esquecem das dificuldades e tristezas da vida.

Idealiza estar sempre bem e alegre, procuram ver o lado bom da vida e justificar os problemas e a dor que tentam esconder, sorrindo.

Sua paixão é a gulodice ou intemperança, porque no afã de aproveitarem a vida eles se lançam a querer tudo em excesso.

O mecanismo de defesa utilizado para se sentirem sempre bem, mesmo estando no fundo do poço, é a sublimação, através da racionalização. Uma situação dolorosa é justificada de maneira racional, o que os deixa cada vez mais longe de seus reais sentimentos e da autenticidade.

Pensamentos do TIPO sete: “Quero ser alegre em vez de triste!; Quero gozar a vida”; “[...] Não quero admitir que sinto dor, por isso, sorrio!”; “Sou melhor ou pior do que a pessoa com quem me encontro?”. (HOHR, EBERT, 2010, p. 172-173; PALMER, 1993, p. 317)

- TIPO oito - O Patrão

A principal defesa deles é o ataque. Sua fixação do ego é a represália contra as injustiças e a favor dos fracos e oprimidos. Idealizam que podem tudo e com tudo, e que é preciso combater o mal e a injustiça sendo poderosos, demonstrando força, e sendo temidos. Por isso se mostram incansáveis.

Essa intensidade é justamente sua paixão, excesso e desejo veemente, que se expressa como luxúria. Por traz dessa intensidade e força escondem uma sensibilidade e inocência, que consideram fraqueza.

Como mecanismo de defesa eles utilizam a negação. Negam sua inocência e sensibilidade por medo de serem explorados. Negam que cometem as mesmas injustiças, que tentam combater, negam o medo.

Pensamentos do TIPO oito: “Quem tem o comando aqui?; Será que essa pessoa vai ser justa?; Pode-se confiar nos outros?; Como devo enfrenta-lo?; Onde estão os furos no caráter dele?; O que fará com que ele recue?”. (HOHR, EBERT, 2010, PALMER, 2000, p. 347-350-355)

- TIPO nove - O Mediador

Quando crianças as pessoas do TIPO nove aprenderam a se resignar com o que recebiam dos outros. As opiniões dos outros tornaram-se importantes. A fixação do ego do TIPO nove é a indolência, que se reflete na falta de prioridade para seus assuntos pessoais, assuntos importantes ou relevantes.

Idealizam que não precisam se afligir pelas coisas, porque no final tudo se resolve e não muda nada. Então, a melhor maneira de viver é estar em paz e tranquilo. Tratam as coisas importantes como triviais e as triviais como importantes. Por não acreditarem que conseguirão pelo seu próprio esforço as coisas que desejam, se deixam inundar pela inércia e pela sua paixão que é a preguiça, o descuido de si, dos outros e das coisas.

Deslocam sua energia para coisas corriqueiras e pequenos confortos, tentando desviar sua atenção dos conflitos, das decisões e de suas necessidades mais importantes, através de seu mecanismo de defesa, a narcotização.

Pensamentos do TIPO nove: “Por que tomar posição, quando todos os lados tem seus méritos?; Estou com esse grupo ou quero ir embora?; Para que falar se cada um já tem sua opinião formada?; A coisa não vale esforço.; É tudo tão cansativo e complexo”. (HOHR, EBERT, 2010; PALMER, 1993, p. 347-350)

Sobre as teorias tipológicas, Tart apud Palmer (2000) coloca as limitações destas teorias, por entender que o ser humano é muito mais complexo que uma simples caracterização ou verificação de semelhanças de comportamento e forma de ser entre os indivíduos. Por ter justamente esse entendimento do ser humano, Rohr (2010) traz que diferentemente de outras caracterizações tipológicas, o Eneagrama

[...] é um mapa bem antigo. À semelhança de outras tipologias, descreve diferentes tipos de caráter. Mas isto é apenas o começo. Além da descrição de estados de espírito, o Eneagrama possui uma dinâmica interna que visa à mudança. Exige muito e é cansativo sempre que aprendido e assumido conforme sua intenção original. O Eneagrama é mais do que um jogo divertido de auto experimentação. Trata-se de *mudar e voltar*, trata-se daquilo que as tradições religiosas chamam *conversão ou penitência*. Confronta-nos com as determinações e leis sob as quais vivemos – na maioria das vezes de modo inconsciente – e nos convida a superá-las e caminhar no campo da liberdade. (p. 21)

Descobrir-se em um TIPO do Eneagrama é entrar em contato com esse traço principal de cada eneaitipo, conforme descrito por Gurdjieff, nossos amortecedores. (PALMER, 2000). Este primeiro contato pode não ser muito prazeroso, segundo a mesma autora, porque o eneaitipo revela o que está encoberto por nossas defesas, e o que não queremos enxergar.

Ainda sobre o traço principal Daniels e Price (2014) pontuam:

Cada pessoa desenvolveu um dos nove padrões para proteger um aspecto específico do seu ser que parecia ameaçado quando da fase de desenvolvimento da personalidade. Quando você descobrir o seu tipo de personalidade segundo o Eneagrama, vai descobrir mais coisas acerca do seu ser integral e original. Vai, além disso, compreender um pouco melhor quais são as motivações inconscientes que determinam o seu modo de agir. (p. 15)

Segundo Palmer (2000), o Eneagrama revela o que se tenta ocultar dos outros por meio de padrões, que se formam a partir de “um conjunto de ideias e de crenças que obtivemos imitando nossos pais, aceitando nossas perdas e

aprendendo a fingir” (p.42). A utilização desses padrões se dá com objetivos diversos, entre eles: ser aceito, amado, obter sucesso, ser respeitado, ser feliz, ser reconhecido, enfim sobreviver ao mundo e se defender dos traumas.

O Eneagrama, além de ser uma ferramenta tipológica, é um guia que visa à identificação dos funcionamentos de cada personalidade, dos caminhos a percorrer para aprimorar o que se tem de melhor, e assim permitir ultrapassar as barreiras que impedem de acessar esse melhor de cada um. Por isso, ele é uma ferramenta a ser vivenciada e não somente aprendida teoricamente. (ROHR, EBERT, 2010)

2.2 TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

2.2.1 Origens e Fundamentos

A Teoria Cognitivo-Comportamental surgiu influenciada pela perspectiva cognitiva dos filósofos estoicos, e também pelas tradições filosóficas orientais, como o taoísmo e o budismo, bem como pelos teóricos comportamentais, tendo como princípios centrais, de acordo com Wright, Basco e Thase (2008, p. 15) que:

1. nossas cognições têm uma influência controladora sobre nossas emoções e comportamento; e
2. o modo como agimos ou nos comportamos pode afetar profundamente nossos padrões de pensamento e nossas emoções.

O modelo de reestruturação cognitiva, formulado por Aaron T. Beck, entre 1959 e 1979, a partir do estudo do processo psicológico central envolvido na depressão, sistematizou o modelo de terapia Cognitiva, e foi influenciada por vários teóricos cognitivos, entre eles: Albert Ellis, George Kelly, Bandura, Meichenbaum, Mahoney entre outros. (BECK, 1997)

Kelly, segundo Shultz D. e Shultz S. (2011), dizia que podemos entender a personalidade humana sem os conceitos trazidos pelas abordagens anteriores. Para ele cada pessoa cria um conjunto de constructos cognitivos sobre o ambiente, segundo padrões de como interpretamos e organizamos os eventos de nossa vida, com isso fazemos previsões sobre nós mesmos, sobre as pessoas e sobre os eventos.

As contribuições de Albert Ellis para a ciência são apontadas por Rangé (2007) onde fala da Terapia-racional-emotiva-comportamental, conhecida como

TREC, cuja ideia principal está relacionada às crenças desenvolvidas pelos seres humanos, umas delas racionais e outras irracionais, sendo que as irracionais seriam as responsáveis por reações emocionais perturbadas.

Outra contribuição de Ellis, segundo o mesmo autor, seria o modelo A, B e C, utilizado também na Teoria Cognitivo Comportamental, que retrata as relações entre os acontecimentos (A), as crenças (B) e as consequências (C) emocionais e comportamentais.

Beck, estudando os transtornos da depressão e ansiedade, verificou que os sintomas manifestados nestes transtornos estavam relacionados a um estilo negativo de pensamento, o qual denominou de “tríade cognitiva”, que diz respeito a um padrão, de como o indivíduo vê a si mesmo, o mundo, e o futuro. Ele observou que essa tríade era responsável pelos comportamentos depressivos e de ansiedade. (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008)

Sobre a tríade cognitiva da depressão Rangé (2001) traz as definições abaixo:

- Visão de si: o paciente traz um conjunto de atribuições negativas relativas à sua caracterização física, psicológica ou ética, onde se vê como inadequado, feio, sem valor ou importância, originando pensamentos negativos de que não será amado, valorizado ou feliz, em virtude de sua natureza.
- Visão do mundo: para o paciente depressivo o mundo é um ambiente hostil, que não lhe proporciona experiências agradáveis, cheio de obstáculos inatingíveis e intransponíveis.
- Visão do futuro: o paciente depressivo não espera melhoras em relação às suas dificuldades e sofrimento, como se eles nunca fossem acabar. Acreditam que qualquer tentativa ou esforço de sua parte será em vão e resultará em fracasso.

2.2.2 Principais Conceitos

A partir desses estudos com a depressão identificou-se a premissa básica da Teoria Cognitivo-Comportamental, a de que os pensamentos (cognição) alteram o humor e o comportamento, ou seja, diante de uma situação ou evento, dependendo da interpretação que a pessoa faz desse evento ou situação, haverá

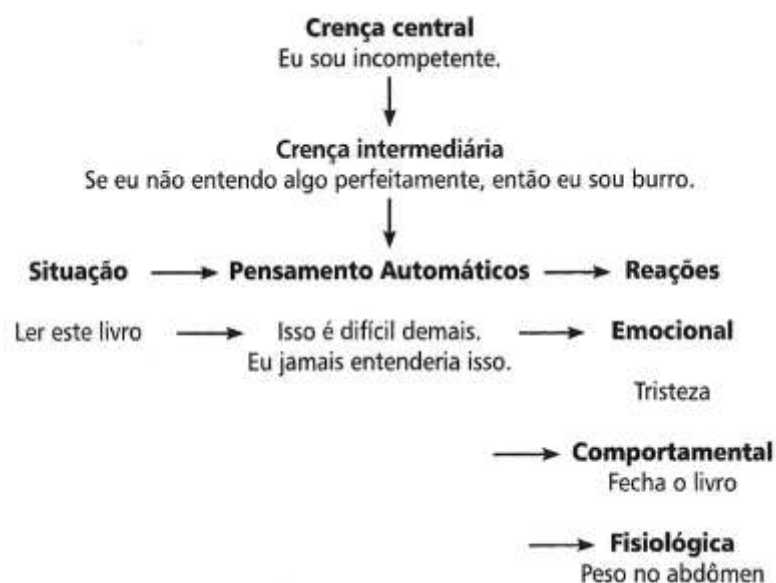
maior ou menor alteração do seu humor ou comportamento. Por isso, um evento pode ser ameaçador para uma pessoa e não causar nenhum impacto em outra. (BECK, 1997)

Esses processamentos cognitivos se dão, segundo Wright, Basco e Thase (2008), em três níveis: a) o consciente, onde há um nível de atenção e as decisões podem ser tomadas a partir de avaliações e análise de experiências de maneira racional, controlada e planejada; e b) outros dois níveis, os pensamentos automáticos e esquemas, onde os pensamentos se processam de maneira mais autônoma e onde a terapia agiria de forma a auxiliar no reconhecimento dos pensamentos patológicos.

Os pensamentos automáticos, que se processam em um nível logo abaixo do nível mais consciente são designados por Clark e colaboradores (1999 apud WRIGHT, BASCO E THASE, 2008) como pré-conscientes e dizem respeito a pensamentos que surgem rapidamente e podem influenciar nossas emoções e nosso comportamento sem percebermos, mas que, porém, podem ser reconhecidos, analisados e avaliados, caso volte-se a atenção a eles.

Sobre os níveis em relação às crenças, do mais profundo ao mais consciente, e sua influência nos pensamentos, conseqüentemente nas emoções e comportamentos Beck (1997) traz o exemplo da figura abaixo:

Figura 4: Modelo Cognitivo



Fonte: BECK, 1997, p.33.

Ainda sobre os pensamentos automáticos, Leahy (2006), afirma que os mesmos podem ser falsos ou verdadeiros e por isso é importante aprender a identificá-los e averiguá-los com os fatos, pois eles podem conter distorções cognitivas ligadas a pressupostos ou regras subjacentes, que podem deixar a pessoa mais, ou menos, vulnerável emocionalmente.

Distorções ou erros cognitivos são os pensamentos automáticos formulados em virtude de uma avaliação distorcida da realidade ou fato, e envolve um esquema desadaptativo, entre os quais, diversos autores desta abordagem incluem a abstração seletiva, inferência arbitrária, pensamentos dicotômicos, personalização, pensamento absolutista, raciocínio emocional, tirania dos “deveria”, entre outros. (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008)

O fato de algumas pessoas se afetarem mais, emocionalmente, que outras, em alguma situação ou evento tem relação com fenômenos cognitivos mais duradouros, denominados crenças ou esquemas (utilizados para efeitos desta pesquisa como sinônimos), nos quais essas distorções ou erros cognitivos atuam reforçando-os. (ibid)

Esses esquemas, segundo Beck (1997), são entendimentos e interpretações sobre as experiências vivenciadas na infância, tão arraigados e profundos de como as coisas deveriam ser, que são tidas como verdades absolutas e servem de base para interpretações de outras situações de maneira seletiva, através dos pensamentos automáticos, isolando o raciocínio lógico, novas interpretações, e possíveis outras soluções para as situações vivenciadas.

Rangé (2001) associa os esquemas às regras gramaticais na regulação do comportamento verbal, que ajudam a tomar decisões rápidas em situações semelhantes, sem precisar utilizar todo o complexo aparelho cognitivo como quando nos deparamos com situações novas e desconhecidas.

Nesse sentido, pode-se associar o conceito acima, ao trazido por Wright, Basco e Thase (2008), quando da sua classificação de esquemas, onde denominam de esquemas simples as “regras sobre a natureza física do ambiente, gerenciamento prático das atividades cotidianas ou leis da natureza que podem ter pouco ou nenhum efeito sobre a psicopatologia” (p. 22).

Continuando, Rangé (2001), descreve que com o tempo os esquemas se tornam cada vez mais complexos, com mais associações e experiências, resultando nos chamados *sets*, prontidões cognitivas, que em situações normais variam de acordo com mudanças na estimulação, mas que em estados patológicos resultam em um modo de operar, tendencioso, persistente e invariável, apesar das mudanças na estimulação.

Comparando-se novamente com a classificação trazida por Wright, Basco e Thase (2008), em relação à sua classificação, esses *sets* poderiam ser:

[...] Regras condicionais como afirmações do tipo *se-então*, que influenciam a autoestima e a regulação emocional.

Exemplos: “tenho de ser perfeito para ser aceito”; “se eu não agradar aos outros o tempo todo, então eles me rejeitarão”; “se eu trabalhar duro, conseguirei ter sucesso”.

[...] Regras globais e absolutas para interpretar as informações ambientais relativas à autoestima.

Exemplos: “Não sou digna de amor”; “sou burra”; “sou um fracasso”; “sou uma boa amiga”. “posso confiar nos outros”. (p. 22: 23)

Esses mesmos autores falam, ainda, que esses esquemas podem ficar adormecidos por muito tempo, em condições favoráveis da vida, e podem surgir e serem ativados por algum evento estressante, podendo ser detectados nos estados depressivos e de ansiedade como uma avalanche de pensamentos automáticos negativos.

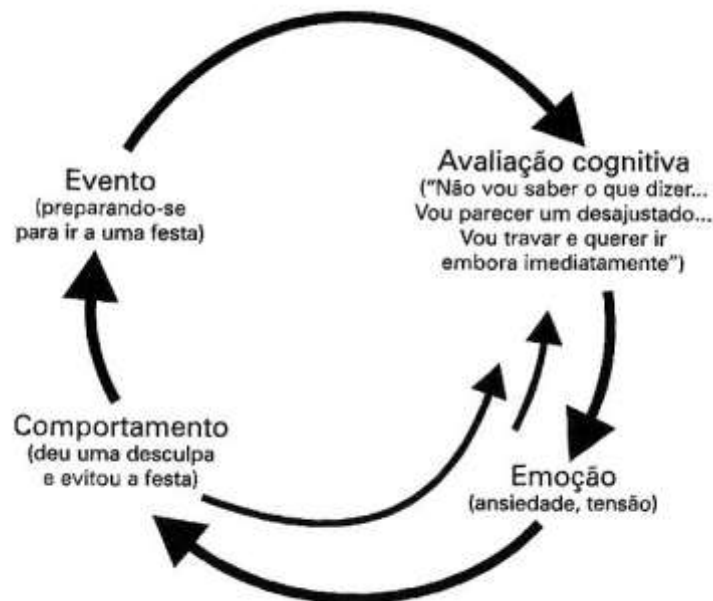
Segundo Beck (1979 apud RANGÉ 2001, p. 90), “um dos esquemas mais fundamentais de um indivíduo é o de *domínio pessoal*”, que está relacionado à imagem que o indivíduo construiu de si, seus atributos pessoais, seus ideais e valores que estão em seu entorno, e envolvem os objetos animados e inanimados, nos quais há investimentos, representados pela família, amigos, bens materiais e posses. Segundo o mesmo autor há também outros que variam em grau de abstração e são representados pelo trabalho, escola, valores intangíveis como liberdade, justiça entre outros.

A forma como cada um reagirá em relação a esse domínio, depende da interpretação que cada um faz e, sobre isso Rangé (2001, p. 90) diz:

A natureza da resposta emocional – perturbada ou não – depende da pessoa perceber os eventos como adicionando (alegria/euforia), subtraindo (tristeza/depressão), ameaçando (medo/pânico) ou invadindo/coagindo (raiva/hostilidade) seu domínio.

Nesse sentido, no modelo cognitivo-comportamental, o processo cognitivo se processa de maneira circular, num movimento dinâmico, onde um evento suscita uma avaliação cognitiva, que desperta uma emoção e um comportamento, que pode retornar a outra avaliação cognitiva ou a outro evento, conforme trazido na figura abaixo, (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008)

Figura 5: Modelo Cognitivo-Comportamental Básico: Exemplo de um Paciente com Fobia Social



Fonte: WRIGHT; BASCO; THASE, 2008, p. 18.

Analisando esses pensamentos automáticos e os esquemas que estão por trás deles, encontram-se os tipos de distorções cognitivas que sustentam uma patologia ou um comportamento disfuncional ou inadaptado. (RANGÉ, 2001)

Baseados nessas premissas, através da terapia, a Teoria Cognitivo-Comportamental busca ajudar o paciente a reconhecer e modificar pensamentos automáticos negativos e esquemas desadaptativos, fortalecendo esquemas adaptativos, a fim de romper padrões de comportamentos temidos, enfrentar as situações que causam sofrimento, desenvolver habilidades de enfrentamento e reduzir emoções dolorosas ou excitação autonômica, através de diversas técnicas

utilizadas pelos terapeutas cognitivos comportamentais. (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008)

2.2.3 Os Estados Patológicos

As técnicas da Teoria Cognitivo-Comportamental, segundo Rangé (2001), são utilizadas no tratamento de diversos transtornos tais como: da ansiedade, da depressão e os de personalidade, com bastante sucesso. Ainda coloca que o cerne das desordens da ansiedade está no conceito de vulnerabilidade, definido por ele como sendo “a percepção que uma pessoa tem de si mesmo quando submetida a perigos internos ou externos sobre os quais seus recursos para controlá-los estão faltando ou sendo insuficientes para poder lhe fornecer um senso de segurança” (p.94).

Já na depressão, o cerne das desordens está na ativação das crenças negativas, que causam avalanches de pensamentos negativos e comportamentos que reforçam cada vez mais esses pensamentos, os comportamentos desadaptativos e o aprofundamento da depressão. (BECK, 1997)

Diferentemente dos outros transtornos - em que as crenças negativas vêm à tona geralmente e apenas durante momentos de aflição psicológica - nos transtornos de personalidade, as crenças negativas podem estar ativadas quase que continuamente, formando uma aglomeração de crenças centrais negativas que se interconectam, e onde se apresentam menos crenças centrais positivas ao longo da vida. (BECK, 1997; RANGÉ, 2001)

Ainda sobre os transtornos de personalidade, Young (1990 apud RANGÉ, 2001) ressalta a existência desses esquemas, denominando-os de Esquemas Desadaptativos Precoces (EDP), que se referem a esquemas inflexíveis, estáveis e duradouros, desenvolvidos durante a infância e que servem de referencial para o processamento de experiências posteriores no que diz respeito a si mesmo e nas relações com os outros. Ainda sobre isso, afirma que esses esquemas “são desadaptativos e parecem resultar de experiências inadequadas com agentes socializadores iniciais, gerando afeto interferente, padrões autoderrotistas, prejuízo a outros, tudo em intensidade muito alta” (p. 103).

Tanto Beck (1997), quanto Rangé (2001) trazem uma especificidade no tratamento dos transtornos de personalidade, dizendo que diferentemente dos demais transtornos, onde se inicia analisando os pensamentos automáticos, questionando-os e refutando-os, para posteriormente chegar-se às crenças centrais e aos esquemas disfuncionais, naqueles o seu tratamento é direcionado desde o início para os esquemas disfuncionais, exigindo do terapeuta um procedimento diferenciado, onde a qualidade da relação terapêutica torna-se mais importante ainda, e a vida do paciente deve ser investigada.

Sobre os tratamentos dos transtornos de personalidade, Rangé (2001) coloca que:

São tratamentos de longo prazo e difíceis, em que ocorrem resistências e problemas especiais, pois os problemas destes pacientes decorrem do seu jeito de ser, de suas estratégias básicas de ação na vida, que eles tomam como adequadas, já que são *eles* mesmos. Entendem que o seu jeito é o *certo* e o preferível. (p. 104)

Sobre isso, Beck (1997) descreve que “frequentemente, ao contrário dos pensamentos automáticos, a crença central que os pacientes ‘sabem’ ser verdade sobre si mesmos não é totalmente percebida até que o terapeuta descasque as camadas[...]” (p. 175).

Ainda, segundo o mesmo autor, o terapeuta muitas vezes já identificou os esquemas centrais dos pacientes desde o início, mas compartilhar seu entendimento com o paciente será infrutífero se o paciente não estiver pronto para identificá-los, não tiver tido *insights* sobre seus pensamentos e comportamentos disfuncionais, e não estiver pronto para tomar as atitudes de mudança necessárias. Tudo isto deve ser feito ao tempo do cliente, segundo as técnicas, da Terapia Cognitivo-Comportamental, e de maneira colaborativa.

Verifica-se a partir do que traz o autor acima mencionado a importância da conscientização do cliente quanto aos seus pensamentos automáticos, esquemas, e comportamentos disfuncionais e a disposição do mesmo em querer realizar as mudanças necessárias.

Por isso uma ferramenta que possibilite despertar no cliente o interesse pelo seu desenvolvimento pessoal e a partir de então o interesse em continuar seu desenvolvimento pessoal em terapia seria muito apropriado.

2.3 RELAÇÃO ENTRE O ENEAGRAMA E A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

2.3.1 Fundamentos

Através das linhas filosóficas e do misticismo a Teoria Cognitivo-Comportamental e o Eneagrama trazem em seus fundamentos a busca pelo desenvolvimento pessoal e pelo autoconhecimento.

O Eneagrama através de um conhecimento milenar traduzido em termos psicológicos por Naranjo e outros estudiosos, e a Teoria Cognitivo-Comportamental a partir das linhas filosóficas e mais especificamente por Beck através de seus estudos sobre a depressão.

Essa questão é descrita por Wright, Basco e Thase (2008), quando descrevem que o hábito saudável de observar os pensamentos, os acontecimentos e as emoções deles decorrentes, para reduzir a angústia e dar uma maior sensação de bem-estar, já era perseguido desde a antiguidade, entre muitas gerações e culturas.

Trazendo essa mesma questão Palmer (2000) descreve: “a observação de si mesmo é uma prática fundamental da vida interior, presente em diversas disciplinas tradicionais” (p. 34), e é esta prática que o Eneagrama busca apresentar às pessoas de uma forma dinâmica.

2.3.2 Ferramenta de Autoconhecimento

Pode-se fazer uma relação das técnicas da teoria Cognitivo-Comportamental com as do Eneagrama como ferramenta, porque ambas as teorias objetivam despertar o interesse da pessoa por conteúdos encobertos que possam auxiliar a pessoa a se desenvolver e se autoconhecer para viver melhor.

A prática da Teoria Cognitivo-Comportamental visa proporcionar o autoconhecimento, através da identificação dos pensamentos automáticos negativos, e esquemas, de maneira gradual e reveladora, para avaliá-los de maneira distanciada e realista, a fim de confrontá-los com a realidade e a veracidade dos

fatos, permitindo assim uma mudança de pensamento e comportamento, isto num ciclo contínuo. (WRIGHT, BASCO E THASE, 2008; BECK, 1997)

Nesse mesmo sentido Palmer (2000) descreve que todo o objetivo por trás de uma terapia ou da procura de autoconhecimento é reconhecer os padrões, os hábitos, as qualidades e defeitos, que governam seu comportamento e maneira de ser, para entendê-los e poder modificá-los, para torná-los mais condizentes com a realidade e com a convivência em sociedade. (PALMER, 2000).

Segundo a mesma autora (p. 34), “de certa forma, toda psicoterapia bem-sucedida depende da capacidade de remover a atenção de hábitos e considerá-los do ponto de vista de um elemento exterior neutro”.

Pode-se observar que, em ambas as teorias, a cognição e o pensamento são fundamentais como forma de conhecimento e modificação das emoções e dos comportamentos, mas as características pessoais, e formas de vivenciar cada experiência também são de grande relevância, pois ambas trazem conceitos de teorias da personalidade e autoconhecimento para poder, observando de maneira distanciada, efetuar as mudanças necessárias.

Pode-se verificar o acima descrito através dos escritos de Beck (1997), que descreve que a Teoria Cognitivo-Comportamental “é singular no sentido de que é um sistema de psicoterapia com uma teoria da personalidade e da psicopatologia unificadas, apoiadas por evidências empíricas substanciais” (p. 18).

Tart apud Palmer (2000), da mesma forma, fala de uma estrutura cognitivo-emocional do Eneagrama “A estrutura cognitivo-emocional do Eneagrama de personalidade pode ser um guia útil para compreender e transformar nossa personalidade” (p. 14), isto é, leva em consideração nosso cognitivo e nossas emoções. Esse mesmo autor fala também que:

Eneagrama vai além das abordagens convencionais, ao nos lembrar que, quase sempre, vivemos num mundo ilusório, em função de defesas já dispensáveis, que confundimos ideias e sentimentos a respeito da realidade com a realidade em si. (p. 14).

Isso nos reporta aos esquemas e aos pensamentos automáticos da Cognitivo-Comportamental, que nos remete muitas vezes a um mundo ilusório, fazendo-nos tomar como verdadeiros nossos pensamentos e emoções e não nossa realidade em si. Sem uma ajuda ou contato com uma ferramenta que nos auxilie, muitas vezes ficamos cegos à realidade interior, aos comportamentos e sentimentos.

2.3.3 Focos de Atenção e Conteúdos a serem Trabalhados

Para a teoria Cognitivo-Comportamental, a causa dos sofrimentos, dos comportamentos disfuncionais e dos transtornos psicológicos estão no fato da pessoa visualizar a realidade através de pensamentos, esquemas distorcidos ou disfuncionais. Para o Eneagrama, a causa dos sofrimentos e comportamentos disfuncionais são as compulsões (pensamentos ligados à fixação do ego), mecanismos de defesa e esquemas nucleares característicos de cada eneatipo.

A Teoria Cognitivo-Comportamental a partir de: distorções cognitivas, pensamentos automáticos, e esquemas (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008), e o Eneagrama, a partir de fixações do ego, idealizações do ego, paixões, mecanismos de defesa, e esquemas mentais e emocionais nucleares, (PALMER, 2000; MELENDO, 2001), buscam proporcionar formas e ferramentas para as pessoas se conhecerem melhor e poderem desenvolver seu potencial através de mudanças de comportamentos e esquemas disfuncionais.

Ao analisar esses pensamentos automáticos, e os esquemas que estão por trás deles, encontram-se os tipos de distorções cognitivas que sustentam uma patologia, ou um comportamento disfuncional ou inadequado. (RANGÉ, 2001)

Baseados nessas premissas, através da terapia, a Teoria Cognitivo-Comportamental busca ajudar o paciente a reconhecer e modificar pensamentos automáticos negativos e esquemas desadaptativos, fortalecendo esquemas adaptativos, a fim de romper padrões de comportamentos temidos, enfrentar as situações que causam sofrimento, desenvolver habilidades de enfrentamento e reduzir emoções dolorosas ou excitação autonômica, através de diversas técnicas utilizadas pelos terapeutas cognitivos-comportamentais. (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008)

Pode-se dizer então, que na Teoria Cognitivo-Comportamental, o terapeuta através da terapia, utilizando suas técnicas e à luz da história do paciente e dos seus pensamentos automáticos e emoções, vai trazendo à consciência os conteúdos necessários ao desenvolvimento pessoal do paciente, que vai se inteirando de sua maneira de ser, de seus esquemas e das técnicas para poder continuar se desenvolvendo.

Já no Eneagrama, os focos de atenção e conteúdos que a pessoa precisa desenvolver, são descritos por Daniels e Price (2014) da seguinte forma:

O Eneagrama é um sistema de personalidade poderoso e dinâmico que postula a existência de nove padrões de pensamento, sentimento e ação, definidos e fundamentalmente diversos entre si. Cada um dos nove padrões baseia-se numa tendência explícita de percepção. Essa tendência, ou filtro, determina os objetos aos quais você presta atenção e o modo pelo qual você dirige o uso da sua energia. Cada um dos nove padrões é um postulado básico, uma crença, acerca do que é necessário para a sobrevivência e a satisfação na vida (p. 15).

Continuando esse raciocínio, pelo Eneagrama, a pessoa toma contato com os conteúdos desses nove tipos de personalidade, compara com sua maneira de agir, de ser, e de pensar, identificando-se com uma das nove personalidades apresentadas, e em seguida, com indicações dos caminhos a trilhar em direção ao desenvolvimento pessoal, como um mapa, que indica as opções, a pessoa se localiza onde está e que caminho deve trilhar para chegar onde deseja.

Assim, conforme sugere Palmer (2000) e o Eneagrama, tomar contato com a sua personalidade é tomar uma consciência maior da própria realidade, que assume um propósito duplo: o de ensinar como pôr de lado a personalidade, e o de permitir o desabrochar de novas formas de ver a realidade ou consciência.

Ainda em relação aos conteúdos, que são objeto das duas teorias, pode-se verificar a semelhança em relação aos pensamentos e esquemas trazidos pela Teoria Cognitivo-Comportamental e pelo Eneagrama, através dos exemplos como estes a seguir:

- TCC - “tenho de ser perfeito para ser aceito” (WRIGHT, BASCO E THASE, 2008);
- Eneagrama - “Eu estarei bem somente quando for perfeito”. (ROHR, EBERT, 2010)

Outro exemplo pode ser dado a partir da frase a seguir: “se eu não agradar aos outros o tempo todo, então eles me rejeitarão” (WRIGHT, BASCO E THASE, 2008, p. 23), que retrata muito bem as características de um tipo dois do Eneagrama, cuja característica principal é ajudar, suprir as necessidades dos outros em detrimento das suas. Melendo (2001) traz a descrição do mecanismo de defesa do tipo dois dizendo que eles reprimem suas necessidades, porque é incompatível com a imagem de serem indispensáveis e superiores às misérias humanas – posição que assumem sobre si, por temerem a rejeição.

Outro exemplo trazido pelo Eneagrama, que foi objeto das questões do questionário, são as crenças nucleares, ou como colocado na apostila do Curso do Eneagrama I (2015, p. 12), a mentira fundamental de cada tríade do Eneagrama: “Eu sou ruim, mau (má)” (para o grupo 8, 9 e 1); “sou incapaz, inferior” (para o grupo 2, 3 e 4); e “sou sem valor, não sirvo para nada” (para o grupo 5, 6 e 7).

Essas questões remetem às crenças absolutas trazidas por Wright, Basco e Thase (2008), conforme exemplo trazido pelos autores: “não sou digna de amor”, “sou um fracasso” (p. 23).

2.3.4 Quando o Normal Torna-se Patológico

Normalmente, as pessoas procuram terapia por estarem enfrentando uma aflição psicológica. Os transtornos, tratados pela Teoria Cognitiva comportamental, que envolve as crenças, os esquemas e os pensamentos automáticos são ativados a partir de acontecimentos estressantes ou traumáticos ou vão sendo reforçados de tal maneira a causar desordens psicológicas na vida da pessoa, num movimento circular. (BECK, 1997)

Assim também no Eneagrama, os tipos de personalidade não são estanques, mas se movimentam através das interconexões, conforme as situações e acontecimentos da vida para os pontos de estresse ou de segurança, ou se fixam em suas compulsões ou mecanismos de defesa, reforçando seus esquemas, pensamentos e sentimentos, que podem tornar-se patológicos em determinado ponto da vida, mas não ser observados pela pessoa, por identificar-se como sendo assim, como sendo normais, sendo eles mesmos. (PALMER, 200)

Como mencionado por Rangé (2001) nos transtornos de personalidade, as pessoas estão tão fixadas em seus esquemas que somente elas não observam as inadequações de seu comportamento no trabalho, em casa, na vida social: “[...], pois os problemas destes pacientes decorrem do seu jeito de ser, de suas estratégias básicas de ação na vida, que eles tomam como adequadas, já que são *eles* mesmos. Entendem que o seu jeito é o *certo e o preferível*” (p. 104).

Esses transtornos de personalidade são comparados por Palmer (2000) com os tipos do Eneagrama e o “DSM-III-R”⁴, onde descreve que, quando os comportamentos se tornam patológicos no Eneagrama, a prática da observação interna é perdida, portanto a pessoa traz à tona pensamentos e sentimentos característicos do seu tipo tornando o indivíduo incapaz de adotar outro ponto de vista.

Nesse sentido, Rangé (2001) também menciona os esquemas característicos de cada transtorno de personalidade identificados por Beck e Freeman, onde descreve em uma tabela seus autoconceitos, como veem os outros, principais crenças e estratégias típicas superdesenvolvidas.

Para fins de ilustração ao mencionado acima é apresentado a seguir um exemplo em relação aos dois autores e às duas teorias conforme abaixo:

Palmer (2000) traz o TIPO UM como o tipo obsessivo-compulsivo do “DSM III-R”, que, conforme o Eneagrama, tem como fixação do ego a perfeição, por isso idealiza que é perfeito, bom, e tem razão, por isso os outros são irresponsáveis, incompetentes, não fazem nada certo, ele sempre sabe o quê e como fazer, prima por detalhes, assim torna-se julgador, controlador, inconformado e muito crítico.

Rangé (2001) traz as características do obsessivo-compulsivo, descrevendo, que ele se vê como: responsável, confiante e competente, vê os outros como irresponsáveis, incompetentes, casuais e autoindulgentes, tem como crenças principais de que ele sabe o que é melhor, de que as pessoas deveriam se esforçar mais e foca muito nos detalhes.

Sobre as estratégias hiperdesenvolvidas, que esse tipo utiliza o autor coloca: como características, o controle através de regras, de avaliação, a utilização do verbo “deverias”, o perfeccionismo em relação às coisas, e a punição e a crítica.

Verifica-se através desses exemplos trazidos pelos dois autores que há uma semelhança muito grande em relação às características, o que sugere que essas características podem ser intrínsecas à pessoa e podem se tornar mais obsessivas quando a pessoa está sobre pressão, estresse ou aflição psicológica.

Em relação à patologia, Palmer (2000) destaca que as linhas internas que ligam cada sequência de três tipos indicam que as características de cada tipo da

⁴ Diagnostic and Statistical Manual III, Revised (Manual de Diagnóstico e Estatístico III, Revisto) – Palmer (2000, p. 86)

relação “coexistem num mesmo indivíduo e predizem as situações de vida específicas (de normalidade, de estresse ou de segurança) em que cada comportamento tem a chance de ocorrer” (p. 88).

Nesse sentido o Eneagrama dá a possibilidade de o indivíduo entrar em contato com suas crenças, compulsões, paixões e mecanismos de defesa, antes deles se tornarem patológicos, observando quais os movimentos que o indivíduo, quando está em seu ponto de segurança ou de estresse, precisa fazer, como se ele pudesse ver onde está, para onde está indo ou para onde poderia ir, focando sua atenção em seus comportamentos, sentimentos e pensamentos.

Conforme apontado por Beck (1997), se o paciente não estiver pronto para identificar seus esquemas, não tiver tido *insights* sobre seus pensamentos e comportamentos disfuncionais, e não estiver pronto para tomar as atitudes de mudança necessárias, ele não se beneficiará das técnicas que a terapia pode lhe proporcionar.

Diante do exposto, acredita-se que o contato com o Eneagrama pode fornecer *insights* e contato com esquemas desenvolvidos pela pessoa, que se identificados por ela como seus ao compará-los com sua realidade, podem ser de grande ajuda no processo terapêutico, aliados às técnicas da Teoria Cognitivo-Comportamental.

3 METODOLOGIA

3.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Esta pesquisa de campo buscou realizar um estudo a partir de levantamento básico de dados coletados junto às pessoas que entraram em contato com a ferramenta do Eneagrama, a fim de fazer uma observação direta extensiva sobre o problema da pesquisa, relacionando-o a dois pressupostos teóricos.

Segundo Andrade (1999), pesquisa de campo é aquela em que “a coleta dos dados é efetuada “em campo”, onde ocorrem espontaneamente os fenômenos” (p.109), e observação direta extensiva, segundo Lakatos e Marconi (2011) é uma técnica utilizada na pesquisa de campo, que visa coletar dados para se chegar aos propósitos da pesquisa científica, cujo instrumento pode ser o questionário.

Toda pesquisa segundo Lakatos e Marconi (2011) parte de pressupostos teóricos já existentes para embasar o fenômeno estudado, esta pesquisa além dos dados coletados em campo, apresenta também o conteúdo bibliográfico no qual o presente estudo traz seu embasamento.

Através da bibliografia para dar suporte ao presente estudo buscou-se fundamento nos autores referenciados sobre o Eneagrama, e nos autores da Teoria Cognitivo-Comportamental, que trazem os principais conceitos de interesse a esta pesquisa, ao qual o tema se reporta.

Este estudo de caráter quali-quantitativo visa, através da pesquisa qualitativa, descrever o fenômeno analisado, enquanto busca a compreensão de um tema em que não se tem muitas referências, e assim possibilitar trazer dados novos para posteriores pesquisas, e quantitativa, enquanto pesquisa que busca quantificar em dados estatísticos simples os dados trazidos pela pesquisa.

A Pesquisa qualitativa, para Sampieri, et al (2013, p. 376), tem como foco “compreender e aprofundar os fenômenos, que são explorados a partir da perspectiva dos participantes em um ambiente natural e em relação ao contexto” e continua dizendo que esse enfoque deve ser selecionado quando se busca aprofundar os pontos de vista, opiniões e significados dos pesquisados e de como percebem subjetivamente sua realidade.

Chaer, Diniz e Ribeiro (2011) descrevem que a pesquisa qualitativa e quantitativa não é antagônica entre si, e podem ser utilizadas em complementariedade, a fim de responder ao problema inicial.

Esta pesquisa foi devidamente autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Instituição de Ensino Superior Sant'Ana (IESSA), conforme parecer anexo.

3.2 SELEÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

O Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente é uma Instituição privada, sem fins lucrativos, situada na BR 376, km 144, da cidade de Ponta Grossa – Paraná, que busca promover o desenvolvimento pessoal das pessoas através de sua valorização e integração.

A Instituição ministra diversos cursos, entre eles: o Eneagrama I, Eneagrama II, Redescobrimo a Criança Interior e Criança em Plenitude, entre outros, sendo que o Eneagrama I e II são cursos que possibilitam às pessoas entrarem em contato com esta ferramenta, onde são repassados os principais conceitos e conteúdos a respeito do mesmo, de maneira dinâmica e partilhada, possibilitando às pessoas, pelo menos em uma grande parte, se identificarem com alguns dos tipos de personalidade apontadas pelo Eneagrama.

A Instituição autorizou a realização desta pesquisa através do Termo de Autorização Institucional e, a partir de consulta à base de dados da Instituição, foram selecionadas para participação desta pesquisa, cem pessoas, entre homens e mulheres, com idade mínima de dezoito anos e idade máxima não estipulada e, que realizaram ao menos o Eneagrama I, entre os anos de 2010 e 2015.

Optou-se pela escolha daqueles que fizeram no mínimo o Eneagrama I, que é a primeira etapa do curso, tendo em vista que o objetivo da pesquisa é saber se as pessoas que entraram em contato com o Eneagrama estariam mais dispostas a participar de terapia ou grupo terapêutico e se os seus conteúdos possibilitariam traçar objetivos a serem trabalhados em terapia.

O questionário foi enviado através do *e-mail* da Instituição pesquisada, juntamente com um esclarecimento sobre a pesquisa e instruções para seu preenchimento. Os participantes foram informados sobre o cunho científico da

pesquisa, bem como sobre o caráter sigiloso das informações coletadas, através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido enviado juntamente com o questionário e coletados pessoalmente ou pelo correio.

3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA E DADOS COLETADOS

O questionário foi o instrumento utilizado para levantamento dos conteúdos necessários à pesquisa, por ser um método mais econômico e rápido. Conforme Chaer, Diniz e Ribeiro (2011) os questionários trazem suas vantagens e desvantagens, sendo que uma das vantagens é seu baixo custo e que, suas desvantagens devem servir mais como um alerta para sua boa elaboração do que um empecilho para seu uso. Os autores alertam ainda que a probabilidade de retorno dos questionários é, em média, de 25% (vinte e cinco por cento), sendo este o número mínimo que se esperava obter nesta pesquisa.

O questionário foi composto por: quatorze perguntas, tricotômicas: do tipo, “sim, não e por quê?”, perguntas de múltipla escolha e perguntas abertas, e as questões foram separadas de acordo com os objetivos, conforme segue:

- Questões iniciais: não numerada, relacionadas aos dados de identificação (nome, sexo e idade);
- Questões um a seis: classificação dos pesquisados em relação ao seu eneatipo, e a resposta em relação a como as pessoas veem o Eneagrama enquanto ferramenta de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal.
- Questão sete: buscou-se verificar se os pesquisados já haviam entrado em contato com outros instrumentos de autoconhecimento, para averiguar se isto poderia influenciar a resposta à questão oito.
- Questão oito: através desta questão, buscou-se trazer os dados estatísticos simples, em percentual, sobre a quantidade de pessoas que responderam sim ou não para a questão, em resposta a um dos problemas da pesquisa: “O autoconhecimento proporcionado pelo Eneagrama favorece a busca pelo desenvolvimento pessoal através de terapia ou grupo terapêutico?”.
- Questão nove a treze: buscou-se averiguar o grau de conhecimento dos participantes acerca do Eneagrama, em relação ao seu eneatipo, a fim de trazer

conteúdos próprios do Eneagrama para serem comparados quantitativamente, em percentual simples, aos números de respostas correlatas ao seu eneatipo, e qualitativamente em relação à teoria e a outros dados como sexo, idade, eneatipo, visando analisar se os conteúdos trazidos pelo Eneagrama possibilitam traçar objetivos a serem trabalhados em terapia. De forma a facilitar as respostas às questões nove e treze foi enviado, juntamente com o questionário, um documento contendo os tipos de afirmativas possíveis a cada eneatipo, para a questão nove, e os desdobramentos possíveis para cada item da questão treze. Esses documentos encontram-se em anexo, ao término deste trabalho.

- Questão quatorze: trata-se de questão aberta que objetivou trazer o conteúdo pessoal dos pesquisados para análise qualitativa, com os exemplos trazidos na teoria, agrupados por seus eneatis, visando cumprir os objetivos da pesquisa.

Obteve-se um retorno de apenas 18% do total de questionários enviados, o que equivale a dezoito questionários, sendo que um deles foi descartado por incompreensão das respostas em virtude de não se identificar com apenas um eneatipo. A partir das informações dos questionários foi possível caracterizar a amostra, sendo que os participantes foram codificados através da letra S mais um número, conforme quadro a seguir:

IDENTIFICAÇÃO	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17
IDADE	56	50	29	24	48	27	24	40	43	66	36	40	45	27	60	48	45
SEXO	F	F	F	F	F	F	F	M	M	F	F	F	M	F	F	F	M
ENEATIPO	8	1	8	4	7	2	2	3	7	1	2	3	9	6	4	1	8

Tabela 1: Composição da amostra
Fonte: Elaboração da autora, 2016

3.4 MÉTODO DE ANÁLISE DE DADOS

A Análise de Conteúdo é a técnica empregada nesta pesquisa, visto que conforme Marconi (2002) esta técnica de análise de conteúdo vem se desenvolvendo como uma técnica que visa descrever, sistematicamente, o conteúdo das comunicações, e está sendo acrescida dos métodos quantitativos, que permitem maior precisão, e que ambos os dados devem ser empregados nas ciências sociais.

Foi realizada a partir dos conteúdos levantados pelo referencial teórico e a coleta de dados, uma análise quanti-qualitativa, através da convergência desses conteúdos ao problema da pesquisa, buscando responder as questões, se o Eneagrama pode ser uma ferramenta útil trazendo conteúdos que possibilitem ao cliente e terapeuta traçarem objetivos a serem trabalhados em terapia, e se o autoconhecimento proporcionado pelo Eneagrama desperta o interesse das pessoas a dar continuidade ao seu desenvolvimento pessoal, através de terapia ou grupo terapêutico.

Os dados quantitativos referentes às respostas fechadas das perguntas de dois a seis, foram tabulados para obter a quantidade de respostas para “sim” e “não” e, posteriormente extraiu-se das justificativas, para cada resposta, os conteúdos, através de avaliação temática, classificando-as em categorias, conforme quadro abaixo e, posteriormente por palavras chaves.

QUESTÕES	CATEGORIAS	PALAVRAS CHAVES PARA AS JUSTIFICATIVAS POSITIVAS
Dois: Você considera que os conteúdos do Eneagrama ajudam a refletir sobre como você age, reage e interage com as pessoas?	Autoconhecimento , despertar interesse por refletir sobre si e sobre seus relacionamentos.	Refletir, identificar, entender, esclarecer, auxiliar, conseguir, conhecer, compreender, observar, proporcionar, saber, analisar, e seus derivados.
Três: Após o contato com o Eneagrama você se vê de maneira diferente?	Auto-imagem , entender diferenças, aspectos positivos/negativos. Mudar sua maneira de se ver.	Diferente, ver, qualidades, perceber, olhar, melhorar, entender, ser, saber porquê, foco, tolerante, ser individual, limitações, maneira, consciência, mudar, segura, confiante, consciência e derivados.
Quatro: Você considera que passou a entender melhor seus comportamentos a partir do Eneagrama?	Entender melhor seus comportamentos , reações.	Esclarecer, mostrar, comportar-se, descobrir, reação, perceber, mostrar, agir, maneira, entender, reconhecimento, trazer, consciência, refletir e seus derivados.
Cinco: Você considera que o Eneagrama ajudou você a entender melhor o comportamento das pessoas com quem você se relaciona?	Entender melhor o comportamento das pessoas .	Perceber, diferente, escutar, pensar sobre, compreender, entender, ajuda, melhorar, vivência, ver, reação, tentar, descobrir, comportamento, ajudar, identificar, analisar e seus derivados.
Seis: Você considera o Eneagrama uma ferramenta importante para ajudar no autoconhecimento?	Ferramenta de autoconhecimento .	Interessante, ajuda, ferramenta, importante, entender, autoconhecimento, eficiente, proporciona, descobrir, saber, trabalhar, ser, reconhecer, aspectos e seus derivados.

Quadro 1: Demonstração das Categorias e Palavras Chaves Utilizadas em Cada Questão
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Não foram especificadas as palavras chaves para as respostas negativas, devido ao fato de que não houve respostas negativas às questões fechadas, apenas uma em branco, a qual foi analisada a parte.

Para análise das justificativas da questão sete, sobre quais instrumentos já havia procurado anteriormente ao Eneagrama, foram selecionadas as questões que continham a palavra terapia e outras terapias como, psicanálise, Terapia Direta do Inconsciente e Terapia da Integração Humana Espiritual, para excluí-las da amostra, excluindo assim, a tendência a responder sim para terapia ou grupo terapêutico, por já ter feito terapia anteriormente ao contato com o Eneagrama.

Através da tabulação simples da questão oito intencionou-se responder quantitativamente se as pessoas estariam abertas a realizar terapia ou participar de um grupo terapêutico a partir do contato com os conteúdos do Eneagrama.

Pela tabulação simples da questão nove buscou-se extrair possíveis afirmativas comuns aos tipos, como forma de verificar os pensamentos mais recorrentes da lista do TIPO para posterior análise qualitativa.

Com as questões dez a treze, buscou-se trazer conteúdos específicos tratados no Eneagrama para as tríades nucleares (8, 9 e 1), (2, 3 e 4) e (5, 6 e 7), respectivamente, em categorias como:

- a) Questão dez: as emoções de cada tríade nuclear: “raiva”, “ansiedade”, “medo”;
- b) Questão onze: as crenças nucleares: “eu sou ruim, mau (má), “sou incapaz, - inferior”, “sou sem valor, não sirvo para nada”;
- c) Questão doze: a relação com o corpo de cada centro de inteligência, barriga, coração e cabeça: “eu sou o meu corpo”, “eu tenho um corpo”, “que corpo?”;
- d) Questão treze: a postura em relação aos outros: “ditador”, “democrático”, “sujeito”.

Através da análise quantitativa, isto é, o número de respostas correlatas aos conteúdos expressos na teoria, e da análise qualitativa em relação aos resultados objetivou-se averiguar o grau de conhecimento das pessoas sobre seu eneaitipo, sobre o Eneagrama, e sobre os conteúdos em relação à teoria.

A questão quatorze objetivou trazer os pensamentos automáticos expressos pela própria pessoa em situações de estresse objetivando comparar com os outros pensamentos trazidos pelos autores, pela teoria e também em relação aos tipos, agrupando as questões por tipos do Eneagrama.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados na pesquisa serão apresentados a cada questão ou bloco de questões analisadas, por entender-se que a apresentação terá mais clareza e objetividade.

Com relação à composição da amostra, idade e sexo e eneatipo dos pesquisados observou-se:

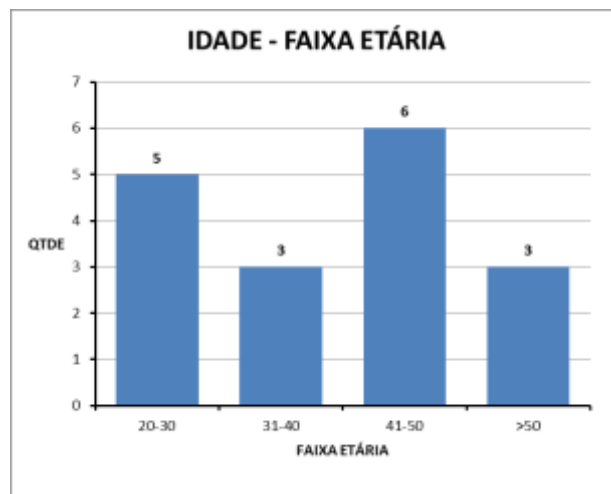


Gráfico 1: Faixa Etária dos Pesquisados
Fonte: Elaboração da autora, 2016

A pesquisa alcançou diversas faixas etárias, com média de idade de quarenta e dois anos, com um menor número de componentes nas faixas etárias entre trinta e um e quarenta anos e mais de cinquenta anos de idade.

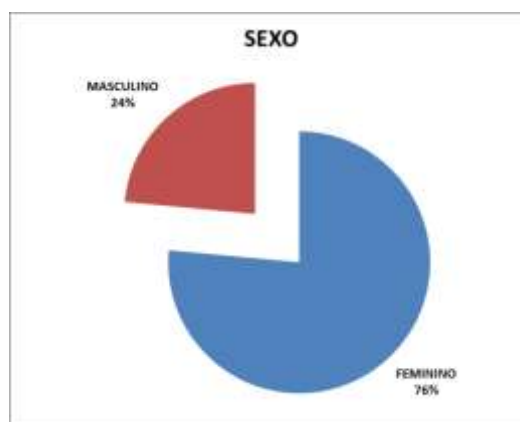


Gráfico 2: Disposição da Amostra em Relação ao Gênero
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Da amostra verificou-se que 76,47% eram mulheres e 23,53% homens.

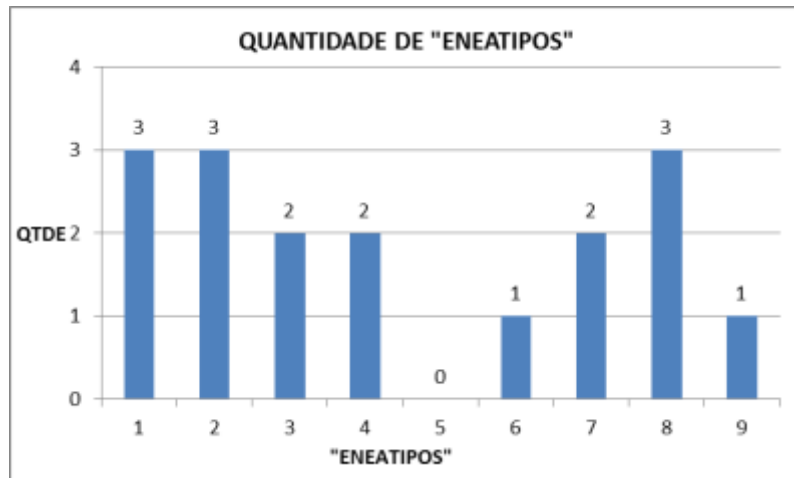


Gráfico 3: Distribuição dos Eneatipos da Amostra
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Conforme demonstrado no gráfico acima, verificou-se que a amostra não contemplou todos os eneatis, ficando sem representação o eneatis cinco. Pode-se supor que alguns dos questionários não retornados façam parte do eneatis 5, que possui como característica a dificuldade de envolvimento e engajamento, sendo característico deste tipo, demorar-se para decidir sobre determinado assunto e nunca achar-se pronto para responder alguma coisa. Pode ser esta uma justificativa pela qual não houve retorno de nenhum tipo cinco, outro motivo pode ter sido não haver tipo cinco na amostra inicial de cem pesquisados.

A tabela abaixo demonstra o percentual de respostas afirmativas às questões de dois a seis e em branco.

Questões	Sim	Branco
Dois a Quatro e Seis	100%	00
Cinco	99%	01

Tabela 2: Resultados das Respostas Relacionadas ao Autoconhecimento/Autoimagem/Comportamento de Si e dos Outros/Ferramenta de Autoconhecimento.
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Verificou-se que 100% da amostra responderam afirmativamente, para as questões referentes ao autoconhecimento proporcionado pelo Eneagrama, que

engloba (autoconhecimento, autoimagem, entender os seus comportamentos, e a ferramenta Eneagrama, questões dois a quatro e seis), e 99% para o autoconhecimento em relação a entender o comportamento dos outros (questão cinco).

Poderia se inferir com isso que os conteúdos do Eneagrama ajudam no autoconhecimento, conforme as categorias já estipuladas, autoconhecimento, autoimagem (qualidades positivas, negativas, maneira de se ver), entendimento de seu comportamento, entendimento do comportamento dos outros, isto também em relação às reações e ações, e também, o Eneagrama como uma ferramenta de ajuda para o autoconhecimento.

Para averiguar se as respostas afirmativas a essas questões não decorreram do efeito cascata, apontado por Marconi (2002), como um efeito do questionário para respostas automáticas a partir da primeira, e obter-se mais dados sobre as questões, analisou-se cada questão em relação às suas justificativas, de acordo com as categorias e classificações já descritas acima.

A tabela abaixo apresenta os resultados obtidos a partir desta análise:

Questões	Respostas Correlatas	Respostas não Correlatas/em Branco	Categorias
Dois	82,35%	17,65%	Autoconhecimento , despertar interesse por refletir sobre si e sobre seus relacionamentos.
Três	82,35%	17,65%	Auto-imagem , entender diferenças, aspectos positivos/negativos. Mudar sua maneira de se ver.
Quatro	58,82%	41,18%	Entender melhor seus comportamentos , reações.
Cinco	76,47%	23,53%	Entender melhor o comportamento das pessoas .
Seis	82,35%	17,65%	Eneagrama como Ferramenta de autoconhecimento .

Tabela 3: Resultados das Justificativas Relacionadas ao Autoconhecimento/ Autoimagem / Entendimento do Comportamento de Si e dos Outros/Ferramenta de Autoconhecimento.
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

O gráfico a seguir traz a ilustração dos resultados em termos percentuais:

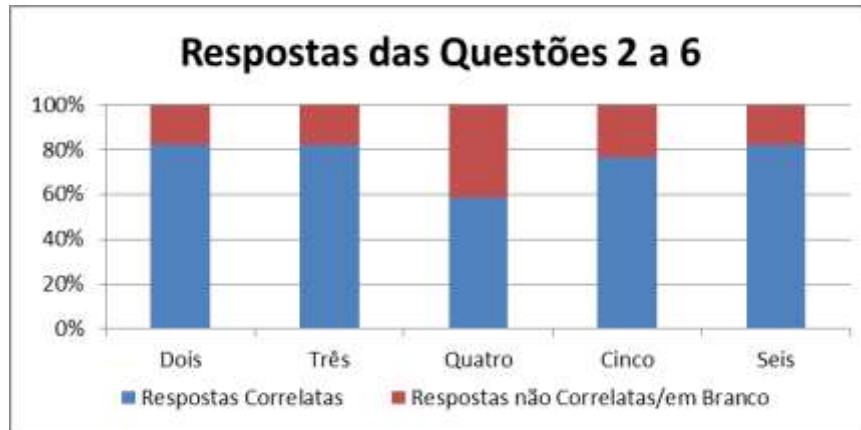


Gráfico 4: Demonstração dos percentuais em Relação às Respostas Correlatas e Não Correlatas/ Branco

Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Observou-se, a partir dos dados apurados, que em relação às categorias autoconhecimento, autoimagem, entender o comportamento dos outros e a ferramenta Eneagrama (questões dois, três, cinco e seis) não houve discrepâncias nas respostas dadas e os percentuais demonstraram um alto índice de respostas que continham respostas correlatas às palavras chaves e em relação ao conteúdo averiguado, sugerindo que as justificativas corroboram a contribuição do Eneagrama em relação aos itens pesquisados.

Com relação à categoria entender melhor o comportamento dos outros (questão quatro), verificou-se uma discrepância em relação ao número de justificativas correlatas, embora tenha alcançado mais de 50% de respostas correlatas com as palavras chaves, correspondentes a 58,82% do restante da amostra. Esta discrepância está relacionada ao grande número de respostas em branco observadas nesta questão, no percentual de 41,18%.

Esta ausência de justificativa a essa questão pode estar relacionada ao conteúdo, que diz respeito a se, passou a entender melhor seus comportamentos a partir do Eneagrama, que já havia aparecido nas questões anteriores com relação aos conteúdos do Eneagrama, principalmente em relação a se o Eneagrama ajuda no autoconhecimento e desperta interesse em refletir sobre si e seus relacionamentos. Isto pode servir de reflexão para a elaboração do questionário em uma próxima pesquisa.

Abaixo são apresentados alguns fragmentos das justificativas das questões dois a seis em relação aos conteúdos:

Sobre a categoria autoconhecimento (questão dois):

Consegui ver que muitas coisas que faço e que outras pessoas fazem não são propositais [...] (S5);
 Nos auxilia muito no autoconhecimento. Através dele é possível compreender porque nós agimos de tal maneira [...] (S7);
 Entendi melhor as minhas reações [...] (S8);
 Proporciona maior conhecimento do meu próprio eu (S9);
 Conhecendo os pontos fracos e fortes, consigo me analisar melhor [...] (S16).

Em relação à autoimagem, qualidades positivas, negativas, e maneira de se ver, avaliadas pela (questão três):

Totalmente diferente (S2);
 Mais confiante nas qualidades, determinada em melhorar meus defeitos [...] (S3);
 “[...] Depois do Eneagrama procuro me manter focada nos pontos positivos, sendo assim em constante melhora nas qualidades negativas do meu eneatipto” (S7);
 Estou mais tolerante comigo e com as pessoas [...] (S8);
 Hoje tenho consciência do que tenho que mudar em mim [...] (S13).

Em relação à categoria que diz sobre se houve um melhor entendimento em relação ao seu comportamento (questão quatro):

O Eneagrama nos mostra os reais motivos de nos comportarmos de tal maneira em determinadas situações [...] (S3);
 [...] Descobri porque em algumas situações passo a agir de maneira mais emocional e porque outro pode ter uma reação muito diferente da minha na mesa situação (S4);
 Percebi que as qualidades negativas do meu eneatipto influenciavam meu dia a dia, começando várias tarefas e não concluindo quase nenhuma (S5).

Sobre a categoria relacionada a se houve um melhor entendimento em relação ao comportamento dos outros (questão cinco):

Percebi que as pessoas reagem de forma diferente. (S2);
 [...] com o Eneagrama isso se tornou mais fácil, acho que fiquei mais aberta a pensar sobre o outro sem pré-julgamento. (S3);
 O Eneagrama nos ajuda e ensina a nos colocarmos no lugar do outro, (...). Como passamos a conhecer os 9 tipos temos a dimensão das inúmeras personalidades que existem e assim entender um pouco mais as pessoas [...].(S4);
 Minha vivência em casa, (...) melhorou de forma significativa. (S5).

Em relação ao Eneagrama como uma ferramenta de autoconhecimento (questão seis):

Ferramenta muito completa e um estudo muito bom. (S3).;
 Antes do Eneagrama nem mesmo pensava em autoconhecimento. (S5);
 É uma ferramenta muito eficiente para o autoconhecimento (S7);

[...] Digo sempre aos meus amigos que fiz dois cursos ou treinamentos que foram divisor de águas na minha vida. Um deles foi o Eneagrama [...]. (S8).

Analisando as respostas verificamos sua pertinência em relação aos temas questionados com algumas exceções apontadas. Em relação às questões que não continham as palavras da classificação verificou-se que eram respostas pertinentes ao tema, mas emitidas de maneira muito singular ou pessoal, de difícil padronização, o que não descarta o “sim” que deram como afirmativa às questões do bloco.

Notou-se também que da amostra, 11,76%, correspondentes a dois pesquisados, não justificaram nenhuma resposta às perguntas do bloco, o que poderia sugerir o efeito cascata, mas também poderia advir de outros fatores como o próprio eneagrama dos pesquisados, que correspondem ao TIPO um e TIPO seis, da amostra.

Segundo os autores citados nesta pesquisa, o TIPO um gosta de objetividade e é de poucas palavras, e o TIPO seis também não deixa de ser bem objetivo em função de seu lado mental predominante, pela questão de obediência, talvez possa ter se achado na obrigação de responder, entre outros fatores, o que pode ser considerado, caso esta pesquisa venha a ser replicada ou tiver desdobramentos.

Para análise da questão relacionada a se os participantes já haviam procurado outros recursos de autoconhecimento (questão sete) tabulou-se as questões extraído-se da amostra as justificativas que continham a palavra terapia ou correlatas como: psicanálise, Terapia Direta do Inconsciente, Terapia da Integração Humana e Espiritual.

Como resultado obteve-se os valores apresentados no gráfico a seguir:

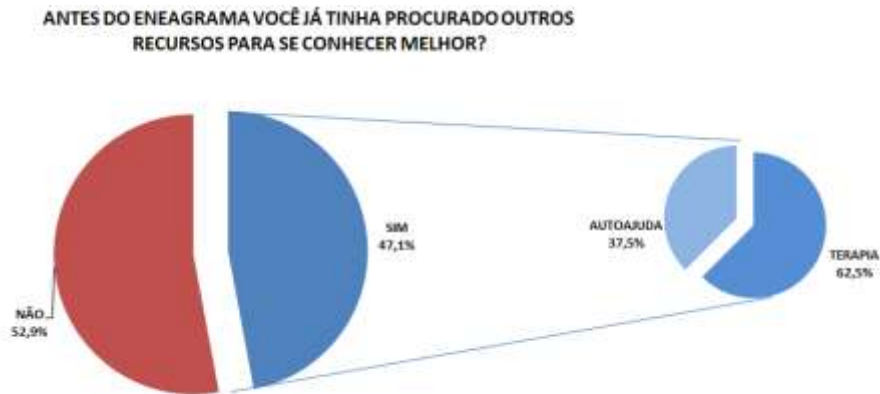


Gráfico 5: Demonstração dos Percentuais em Relação à Procura de Outros Recursos Anteriormente ao Eneagrama (Questão Sete)

Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Pode-se observar a partir do gráfico, que 52,94% da amostra total, não haviam procurado outros recursos de autoconhecimento, anteriormente ao contato com o Eneagrama. O restante da amostra, que respondeu que havia procurado outros recursos, correspondeu a 47,10%.

Desses 47,10% que já haviam procurado outros recursos, se verificou que, 37,50% haviam procurado somente recursos como livros, cursos e treinamentos e não terapia. O restante desse percentual em relação aos que haviam procurado outros recursos, correspondente a 62,50% procuraram terapia ou correlatos similares como já explicitado, que devem ser extraídos da amostra total dos pesquisados, pois poderiam já estar propensos a responder sim por terapia, ou seja, o que corresponde a $(5/17 \times 100)$, que é igual a 29,41% dos 100% dos pesquisados.

Assim, pode-se inferir que dos 100% da amostra total, as pessoas que poderiam não ter sido influenciadas a responder sim por motivo de já terem tendência de procurar terapia corresponde a: $100 - 29,41 = 70,59\%$, dos pesquisados. Esse é o percentual correspondente aos pesquisados que não estariam influenciados em responder afirmativamente.

Continuando a análise, na questão oito, relativa à pergunta: “Os conteúdos despertados a partir do Eneagrama seriam motivo para você optar por continuar seu desenvolvimento a partir de terapia ou grupo terapêutico?”, observou-se que 100% da amostra responderam afirmativamente a essa questão.

Pelo acima exposto, contrapondo-se as duas questões citadas, pode-se inferir que 100% estão dispostos a fazer terapia e 70,59% da amostra não eram propensos a realizar terapia anteriormente ao Eneagrama, mas estão propensos a fazer a partir do Eneagrama.

O critério utilizado para a análise dessas questões foi não ter feito terapia, por isso os conteúdos de autoajuda não foram considerados como motivo de influência na resposta, visto que, embora, verifique-se um interesse da pessoa pelo desenvolvimento pessoal, elas não tinham procurado o recurso terapia, mesmo assim.

Em virtude da proposta de análise à questão nove, que era extrair para cada tipo as respostas comuns para análise qualitativa, esse objetivo ficou prejudicado devido ao tamanho da amostra, que ficou reduzida, e que por isso não apresentou muitos eneatispos, portanto, pouca probabilidade de coincidir uma ou mais afirmativas comuns a todos do mesmo eneatispo. Os tipos que repetiram e tiveram afirmativas em comum foram os abaixo apresentados e, portanto, vamos cumprir o objetivo para estes tipos.

TIPOS DO ENEAGRAMA	RESPOSTAS COMUNS AO TIPO	CONTEÚDO DAS AFIRMATIVAS CONSTANTES DO QUESTIONÁRIO
UM	01, 13	Gosto que tudo seja o mais perfeito possível. Fico incomodado quando as coisas não são do jeito que deveriam ser.
QUATRO	21	Muitas pessoas simplesmente não conseguem entender o que eu sinto.
SETE	06 e 07	Tento evitar situações dolorosas; quando magoado, “caio fora”. As coisas boas nunca são demais.

Tabela 4: Resultados das Respostas Comuns às Afirmativas de Cada Eneatispo
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Os participantes TIPO um trouxeram duas afirmativas em comum: “Gosto que tudo seja o mais perfeito possível.” e “Fico incomodado quando as coisas não

são do jeito que deveriam ser.”. Relacionadas com os exemplos trazidos pelos autores na pesquisa, verificou-se semelhança com o exemplo trazido por Rohr (2010), “Eu estarei bem somente quando for perfeito”, reforçando o conteúdo implícito do Eneagrama em relação ao pensamento das pessoas trazidos pela literatura e de como o conteúdo de perfeição, correção e incômodo com as coisas que não estão certas é forte para pessoas deste tipo. Todos os tipos da amostra eram femininos, sendo que um da amostra não respondeu a questão e os outros dois tinham 48 e 66 anos de idade.

A afirmativa comum trazida pelos participantes TIPO quatro: “Muitas pessoas simplesmente não conseguem entender o que eu sinto.”, corroboram os pensamentos trazidos por um TIPO quatro apresentado no livro da Palmer (2000, p. 233) “Se apenas soubessem como me sinto. Eles verão como sofri depois que partir”.

Essa afirmativa traz uma das características específicas do TIPO, que é se sentirem incompreendidos, diferentes e muito carregados de emoção. Estes dois tipos quatro, são do sexo feminino e com idades de 24 e 60 anos. Podemos inferir que a idade pode não influenciar no entendimento do seu eneatipo.

O pensamento característico do TIPO sete seria “Quero ser alegre em vez de triste! Quero gozar a vida”. “[...] Não quero admitir que sinto dor, por isso, sorrio!” trazidos por Rohr e Ebert (2010) em seus exemplos, também são compatíveis com as frases trazidas pelos dois pesquisados TIPO sete: “Tento evitar situações dolorosas; quando magoado, “caio fora.” e “coisas boas nunca são demais.”, que trazem uma das características principais do TIPO que é procurar fugir da dor através de coisas prazerosas e alegres e também a questão da gulodice de querer tudo em exagero. Um TIPO sete é feminino e outro é masculino, com idade de 48 e 43 anos. Com relação a esta questão podemos inferir que o gênero não influenciou a resposta.

Verificaram-se várias afirmativas em comum do TIPO dois e oito, mas nenhuma que fosse comum a todos os tipos dois e oito da amostra, quando era comum a dois não era comum ao outro, visto que tem três tipos dois e três tipos oito na pesquisa. Por isso não foi efetuada a análise, uma vez que o critério é uma afirmativa em comum.

Porém observou-se uma curiosidade encontrada na resposta em comum de dois tipos oito, femininos, com relação à afirmativa escolhida de número 22: “Tenho um lado sensível e meigo que acho difícil expressar”.

Essa afirmativa é interessante porque o que é reforçado na literatura do Eneagrama, na qual se baseia esta pesquisa, são exemplos como os trazidos por Palmer (2000, p. 355) “Como devo enfrenta-lo? Onde estão os furos no caráter dele? O que fará com que ele recue?”, visto que o que caracteriza o TIPO oito são sempre questões fortes, que demonstram força e poder.

As afirmativas trazidas nesta pesquisa como referência para as escolhas dos pesquisados permitiu analisar qualitativamente essa questão, e demonstrou o outro lado do TIPO oito, as dificuldades que ele pode enfrentar por se mostrar da maneira que se mostra em seus comportamentos e atitudes.

Considerando que os dois tipos oito que responderam a questão são do sexo feminino, verifica-se ainda mais essa problemática, porque mesmo sendo do sexo feminino, a dificuldade de se demonstrar carinhoso, afetuoso, sensível, e também a dificuldade de expressar isto, permanece.

Verificou-se que o objetivo da questão nove, em virtude do tamanho da amostra, não foi alcançado a contento. Porém, apesar disso, trouxe conteúdos, como os mencionados acima, que podem ser analisados e ter desdobramentos em pesquisas posteriores.

Uma amostra maior poderia apresentar mais dados a serem analisados, mas a análise e a tabulação desses dados poderia criar maior dificuldade, por isso, acredita-se que a sua relevância na pesquisa deve ser reavaliada e o seu formato adaptado.

Para análise das questões relacionadas às questões nucleares emocionais, relativa às crenças, a relação com o corpo e postura em relação aos outros (dez a treze) foram utilizados os critérios já mencionados acima na metodologia, que estão relacionados aos temas trazidos na fundamentação teórica sobre os conteúdos pertinentes a cada grupo do Eneagrama, conforme será demonstrado na sequência.

A teoria traz que todos apresentam esses conteúdos, mas em cada tipo um deles é mais característico na forma de manifestá-lo. Objetivou-se com isso fazer uma análise em relação aos conteúdos que podem ser trabalhados em terapia e

fazem parte do conteúdo do Eneagrama, fazendo uma correlação do que a teoria traz em relação a essas categorias e ao tipo, e em como a pessoa observa esses conteúdos no seu dia a dia.

Os conteúdos referem-se a pensamentos, emoções, e crenças, postura em relação ao corpo, e aos outros, de cada TIPO reunido em seus centros nucleares.

A tabela abaixo contém os critérios utilizados para extrair as respostas correlatas ao conteúdo e a cada TIPO expressando em percentual a quantidade de acertos e o que isso pode representar.

QUESTÕES	CATEGORIAS	TIPOS DO ENEAGRAMA		
		8, 9 e 1	2, 3 e 4	5, 6 e 7
DEZ	EMOÇÕES QUE PREDOMINAM	RAIVA 71,43%	ANSIEDADE 85,71%	MEDO 66,67%
ONZE	CRENÇAS	EU SOU RUIM, MAU (MÁ). 60%	SOU INCAPAZ, INFERIOR. 50%	SOU SEM VALOR, NÃO SIRVO PARA NADA. 0%
DOZE	CENTRO DE INTELIGÊNCIA	VISCERAL OU SOMÁTICO	AFETIVO OU DO CORAÇÃO	MENTAL OU DA CABEÇA
		EU SOU O MEU CORPO. 33,33%	EU TENHO CORPO. 42,86%	QUE CORPO? 33,33%
TREZE	POSTURA EM RELAÇÃO AOS OUTROS	DITADOR 71,43%	DEMOCRÁTICO 42,86%	SUJEITO 33,33%

Tabela 5: Demonstração dos Resultados em Relação às Emoções/Crenças/Corpo/Postura
Fonte: Elaboração da autora, 2016.

Em uma amostra maior, as respostas poderiam ser analisadas por distinção de gênero, idade e aprofundamento no Eneagrama, curso I e II para uma melhor análise.

Verificou-se pela tabela acima, que o grupo que mais trouxe respostas correlatas ao conteúdo das categorias mencionadas acima (questões dez a treze), foi o grupo 8, 9 e 1, com exceção da questão relacionada ao corpo (questão doze), sobre os centros de inteligência, em que ficou abaixo da média de 67,62% em relação às demais questões. Já os demais grupos ficaram abaixo dessa média em todas as demais questões, com exceção à questão em relação às emoções (questão dez), em que o grupo 2, 3 e 4 respondeu o correspondente a 85,71% de respostas correlatas e o grupo 5, 6 e 7 ficou próximo dessa média com 66,67%.

Em relação aos conteúdos observou-se que, quanto às emoções, não houve nenhuma abstenção de respostas, os três grupos superaram os 66% de respostas compatíveis com seu grupamento, conforme se pode observar na tabela e o restante do percentual, que não foi demonstrado na tabela, corresponde a respostas incompatíveis com as do grupamento.

Acredita-se que isso se deva ao fato de que falar das emoções não seja tão difícil, por ser mais observável, interessar mais, interferir mais nas relações, e por estar presente nas vivências do dia a dia de maneira mais visível e palpável.

Ainda sobre as emoções, na tríade 5, 6 e 7, o índice de acertos foi o menor em relação aos outros dois grupos, correspondente a 66,67%. Isso pode ser atribuído ao fato de que esta é a tríade mental. De acordo com os autores são os tipos que tem maior dificuldade de entrar em contato com os sentimentos e de admiti-los, principalmente os dolorosos, por racionalizarem mais os fatos. Ademais o tipo cinco não está representado em virtude de não haver nenhum tipo cinco na amostra e o tipo seis, corresponde a apenas 33,33% do total do grupamento.

Quando se trata de falar de crenças, de pensamentos em relação à auto-imagem, ao corpo e à postura em relação aos outros, já se percebe uma dificuldade maior. Foi o que aconteceu nas três questões seguintes.

Sobre a categoria crença observou-se que o número de abstenções total foi de três, ou seja, 17,65% da amostra total, o percentual de respostas correlatas ao conteúdo nos grupos 8, 9 e 1 e nos grupos 5, 6 e 7, foi de 60% e 50%,

respectivamente, porém novamente no grupo 5,6 e 7 observou-se o menor índice de acertos, ou seja 0%, o que corresponde a 100% de respostas não correlatas ao conteúdo, porém, este grupamento responde por apenas 17,65% da amostra, uma representatividade não muito expressiva e que deve ser considerada para efeito da análise desta pesquisa.

Percebeu-se nessa questão uma relação com a literatura. O grupo que mais respondeu foi o grupo 8, 9 e 1. Desse grupo, os responsáveis por 60% das respostas são os tipos oito e um.

Esses dois tipos representam a forma externalizada, TIPO 8, e internalizada, tipo 1, do grupo nuclear, 8, 9 e 1 e, conforme Melendo (2001) na caracterização dos tipos, a raiva e a agressividade fazem parte da característica do tipo oito, que não se importa muito com o que os outros pensam, porque para ele a vida é uma luta.

O mesmo autor na caracterização do TIPO um coloca que este já tem uma autocrítica de si, por não achar-se perfeito, quando sente raiva, que é a emoção predominante e não faz parte do seu mundo de perfeição, ele se julga como uma pessoa má.

A questão nuclear mental da tríade 2, 3 e 4, é a imagem, portanto, se julgar incapaz e inferior para estes três tipos de personalidade é muito difícil conforme os autores referenciados e as características dos tipos mencionadas na fundamentação teórica. Os tipos dois são pessoas que fazem para os outros, sentem que são indispensáveis e sabem do que os outros precisam, embora o façam com uma falsa humildade, eles representam a forma externalizada da tríade, quando não recebem o retorno esperado de reconhecimento sentem-se como se tivessem fracassado, e por isso, talvez o pensamento possa vir à tona; o TIPO quatro representa a forma internalizada, se sentem diferentes e possivelmente incapazes mesmo. Esses dois tipos foram os responsáveis pelas respostas correlatas à crença “Eu sou incapaz”.

Já um TIPO três absteve-se e o outro respondeu de maneira não correlata. Levando-se em consideração os autores referenciados, um TIPO três não se vê como incapaz, pois eles se enxergam no sucesso que obtém, e como são a forma nuclear reprimida da tríade, a que tem maior dificuldade de acesso às suas crenças e sentimentos a dificuldade em reconhecer-se como incapaz é maior ainda.

Como as crenças são algo mais inconsciente e muitas vezes difícil de admitir, os erros nas respostas ou as abstenções podem ser atribuídos a alguns fatores como: não compreensão do conteúdo, falta de consciência de suas crenças, resistência ao conteúdo, falta de aprofundamento no curso, ou a não admissão de nenhuma resposta como válida, pois não se disponibilizou a opção (nenhuma das alternativas), e então, podem ter respondido qualquer uma. Isto serve de alerta para uma replicação da pesquisa.

Em relação às categorias: Centro de Inteligência, quanto à relação com o corpo, e a postura em relação aos outros, observou-se que houve três abstenções para as duas categorias, os índices de respostas correlatas ao conteúdo variaram entre 33,33% e 42,86%, também nas duas categorias, diferindo somente no grupo 8, 9 e 1, em relação à categoria relacionada à postura em relação aos outros, onde atingiu o percentual de 71,43%.

Essa diferença, em relação aos demais grupos, pode estar relacionada ao que já foi exposto sobre a tríade na análise sobre as emoções e as crenças. Observou-se novamente que os responsáveis pelas respostas correlatas foram os tipos oito e um, as formas externalizadas e internalizadas da tríade e também correspondentes às características de cada tipo como já foi explicitado. O TIPO oito, por não ter problema em admitir que manda, e o TIPO um, porque precisa que tudo saia correto, então quando está na liderança acaba sendo ditador por achar que as pessoas não sabem fazer as coisas certo, como trazem os autores na caracterização dos tipos.

Pode-se atribuir os baixos índices de acerto nessas duas últimas questões a vários fatores entre eles: a não compreensão da pergunta, esse conteúdo não ficou bem esclarecido no curso ou não foi aprofundado, não foi disponibilizada a opção N.D.A (nenhuma das alternativas), o grau de aprofundamento no Eneagrama, embora, o índice de abstenção tenha sido pequeno, a maior parte das respostas foi incompatível.

Embora esse conteúdo seja tratado no curso do Eneagrama I, ministrado no Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente, pois foi extraído da apostila do curso, como forma de proporcionar maior possibilidade de identificação,

alguns conteúdos podem ser considerados bem fortes para serem admitidos em um primeiro momento.

Esse aprofundamento é obtido na sequência, no curso Eneagrama II e com os outros cursos ministrados pela Instituição. Nesta pesquisa não foi levado em consideração o grau de aprofundamento em relação ao tema, já que o critério adotado para a composição da amostra foi ter efetuado no mínimo o Eneagrama I.

Esses dados podem ser levados em consideração em uma replicação da pesquisa ou na continuidade do estudo sobre o tema.

Acredita-se que o baixo percentual de acertos em alguns conteúdos não invalida a análise qualitativa que trouxe várias questões da fundamentação teórica como a que se observou em relação ao grupo 8, 9 e 1, responsáveis pela maior parte das respostas correlatas e os tipos que representam a forma externalizada e internalizada, inferindo-se que as formas reprimidas tem maior dificuldade de se expressarem ou até mesmo de se observarem em suas posturas e crenças.

Além disso, deve-se considerar que as pessoas podem ter respondido de acordo com o sentimento momentâneo e não conforme a característica do TIPO e suas crenças e posturas fundamentais e nucleares, que normalmente não são reveladas, ficam encobertas.

O Eneagrama traz a dinamicidade de cada TIPO, que se manifesta em determinados momentos com as características dos tipos de segurança ou de estresse, conforme demonstrado na teoria pelos autores referenciados, e isto pode ter influenciado nas respostas.

Objetivou-se com a questão quatorze relacionada aos pensamentos dos participantes em situação de estresse, trazer alguns pensamentos de cada eneatipo, quando está em seu ponto de estresse, quando assume as características dos tipos que estão na direção da flecha, conforme demonstrado na figura do Eneagrama já apresentada. Podem ser comparados com os pensamentos automáticos, que normalmente envolvem os esquemas.

Abaixo são apresentados os pensamentos trazidos pelos pesquisados, para serem analisados de acordo com o que traz a literatura, por eneatipo em seu ponto de estresse.

A comparação será feita através das descrições trazidas por Webb (1998) em relação ao ponto de estresse de cada tipo.

- TIPO um – Quando o TIPO um vai para seu ponto de estresse, assume algumas características do tipo quatro, e assim toma uma postura lamuriante, ressentida como se nada valesse a pena, a perfeição fica mais inatingível ainda. Os pensamentos extraídos da amostra corroboram a teoria, conforme demonstrado abaixo:

Que inferno. (S2);
O porquê isto comigo? (S10);
O que fazer para mudar tudo isto? (S16).

- TIPO dois - quando vai para seu ponto de estresse assume algumas características do tipo oito, tornando-se dominador, irado e irritável, neste ponto ele pode assumir uma ânsia para se libertar do controle dos outros. Os exemplos trazidos pelos tipos dois da pesquisa demonstram exatamente isto, porque como pessoas de relação e prestativas, os pensamentos abaixo, em seu estado normal, provavelmente não seriam demonstrados.

Penso em modos de matar ou acabar com a pessoa/dor/situação. (S6);
Droga!! Preciso resolver isso logo para ficar tudo bem. (S7);
Porque as pessoas são tão intransigentes e se preocupam tanto com a vida dos outros? Falta muito respeito. (S11).

- TIPO três - Para Webb (1998) a tensão ou estresse para o TIPO três é o contrário do que se imagina. O normal do tipo três é o que para outros seria estresse, pois persegue o sucesso incansavelmente, não sabe ficar parado, é ativo, porém isso pode o levar ao adoecimento, inatividade, fazer além do que suas forças normais conseguem e fracassar, isto é o estresse para o TIPO três.

Nesse sentido o tipo três no ponto de estresse assume as características do tipo nove, ficam confusos no que tem que fazer, perdem a confiança em si, se lançam para os pequenos prazeres e rotina.

Abaixo estão transcritos os pensamentos trazidos pelos participantes da amostra do tipo três:

P. q. p... Será que todo o dia eu tenho que sair do meu normal com alguma coisa, não tem como resolver sem ficar nervoso? (S8);
Poderia ter feito melhor, agido de outra forma para que isso não acontecesse. (S12).

- TIPO quatro - Quanto mais estressados, mais os tipos quatro se lançam em busca de relacionamentos e doação como forma de aprovação, sendo prestativos,

solidários, e mais estressante a vida se torna, assumindo as características do tipo dois.

Abaixo são apresentados os pensamentos dos pesquisados tipo quatro:

Por que comigo? (S4)
Qual a minha missão neste mundo? (S15)

- TIPO seis - Quando sob estresse, o TIPO seis assume as características do TIPO três, o que muitas vezes pode não ver como ruim, porque aceitam o sucesso, tornam-se mais ativos e são criativos na conclusão de tarefas, porém podem também como o tipo três ficarem exacerbados e isso refletir em seu corpo, no adoecimento e no fracasso.

Abaixo é apresentado o pensamento do TIPO seis pesquisado:

Porque coisas ruins acontecem com pessoas boas? (14)

- TIPO sete – O TIPO sete no ponto de estresse, assume as características do tipo um, tornam-se críticos, detalhistas, irritáveis, com alto nível de exigência e bravos com qualquer tipo de censura. Estes traços presentes no TIPO sete, mas que muitas vezes estão inconscientes vem à tona com mais força, quando são pressionados com prazos no trabalho ou tem confrontos emocionais.

Em seguida Webb (1998) traz um pensamento do tipo sete estressado: “É doloroso. É assustador. Tudo se torna muito urgente, como se já devesse ter acontecido, e eu fico realmente bravo porque não aconteceu. [...]” (p. 101).

Os pensamentos trazidos pelos tipos sete pesquisados são apresentados abaixo:

Será que tem que ser assim mesmo, as coisas tem que ser difíceis mesmo, será que não tem uma solução mais fácil, porque tenho que me sentir mal, se a vida é tão boa? (S5);
Qual o motivo por ter que passar por isso? (S9)

- TIPO oito - Quando o tipo oito fica estressado por ter sentido fraqueza, ter perdido o controle de suas coisas ou estar muito bravo consigo refugia-se e toma as atitudes do tipo cinco se isolando, ou realizando atividades compulsivas como ler ou jogar paciência. Saem do seu normal de avançar, ir à luta e racionalizam, se isolam tentando entender a situação.

Até quando vou conseguir aguentar esta situação? (S1);
Preciso parar um pouco mas não posso. (S3);
O que eu fiz de errado para merecer isto? (S17).

Observa-se, através dos pensamentos dos pesquisados, em situação de estresse, que eles são bem diferentes dos manifestados pelos tipos em situação normal, ou como traz Melendo (2001) na caracterização dos tipos em seu traço principal. Se for observado mais profundamente trazem algumas características dos seus pontos de estresse ou das qualidades negativas de seus pontos de segurança, alguns mais outros menos.

Destaca-se um exemplo que demonstra essa mudança em relação ao pensamento, como no do tipo dois pesquisado: “Penso em modos de matar ou acabar com a pessoa/dor/situação. (6)”, onde apresenta um pensamento do tipo oito agressivo, de vingança ou de ação, comparado com o pensamento do tipo oito trazido pelos autores referenciados.

Verifica-se que, de uma maneira ou de outra, todos trazem um pensamento bem diverso do traço principal, com o “quê” se pode inferir o movimento dos tipos aos seus pontos de estresse e segurança, e também permitiu verificar os pensamentos automáticos em relação às crenças e aos mecanismos apontados na literatura, trazendo conteúdos que podem ser trabalhados em terapia.

Fazendo uma relação com a Teoria Cognitivo-Comportamental pode-se comparar aos movimentos dos pensamentos automáticos, que geram emoções e comportamentos e que geram nova reflexão num movimento contínuo e também com os transtornos de personalidade já mencionados onde as características do tipo ficam afloradas e hiperdesenvolvidas, porque cada tipo tem as três formas de manifestação, traço principal, estresse e segurança.

Esses pensamentos trazidos pelos pesquisados podem ser relacionados aos pensamentos automáticos trazidos por pacientes em terapia, quando estão passando por momentos aflitivos. Os autores da Teoria Cognitivo-Comportamental referenciados trazem vários exemplos do tipo apresentado, dos quais citamos alguns apresentados por Leahy (2006, p 95): “Nada jamais dá certo.” (pensamento automático); “Se você contar com as pessoas, elas o abandonarão.” (pensamento automático relacionado a pressupostos mal-adaptados); “Se eu atender às necessidades das pessoas, elas não me deixarão” (pensamento automático relacionada às crenças condicionais).

Com os pensamentos trazidos acima, de exemplos reais apresentados pelo autor em seu livro, verificam-se os três níveis de pensamentos automáticos desde os níveis mais conscientes até os mais inconscientes e também uma grande correlação com os pensamentos trazidos pelos participantes da pesquisa.

5 CONCLUSÃO

Procurar terapia, muitas vezes, não é uma primeira opção na busca do autoconhecimento ou da solução para os problemas do dia a dia. Conforme trouxeram os autores referenciados, muitas vezes as pessoas se sentem felizes, mas sentem um vazio existencial e não procuram terapia, porque se sentem envergonhadas por não estarem passando por nenhuma dificuldade aparente, mas estarem descontentes.

Geralmente as pessoas procuram terapia quando estão passando por alguma aflição psicológica ou transtornos psicológicos e não para o autoconhecimento, conforme trazido na fundamentação teórica. Verificou-se isso, também nos resultados da pergunta relacionada a se os participantes já haviam procurado outros recursos (questão seis), onde 52,94% das pessoas não haviam procurado terapia anteriormente ao Eneagrama, e dos que procuraram outros recursos de autoconhecimento, 37,50% não era terapia.

Constatou-se que todos responderam que estariam propensos a fazer terapia a partir do contato com o Eneagrama, mas 70,59% desse total não estavam propensos, anteriormente ao Eneagrama.

Com as outras questões constatou-se que o Eneagrama pode ser útil na terapia por proporcionar um primeiro contato da pessoa com conteúdos que despertam o interesse da mesma pelo autoconhecimento e desenvolvimento pessoal, conforme verificado nas categorias relacionadas ao autoconhecimento, autoimagem, entendimento dos seus comportamentos e dos outros e o Eneagrama como ferramenta de Autoconhecimento (questões dois a seis), e que o Eneagrama traz conteúdos que podem ser trabalhados em terapia, conforme conteúdo das demais questões e principalmente da questão quatorze sobre os pensamentos, através da análise qualitativa.

A análise em relação aos conteúdos trazidos pelo Eneagrama em relação aos pensamentos, às emoções, crenças, corpo e postura (questões nove a treze) ficou prejudicada em virtude do tamanho da amostra, de não ter uma quantidade substantiva de cada eneatispo, de não ter demonstrado um grande número de acertos em relação ao conteúdo, pelos motivos já expostos, mas que não invalidam

os resultados qualitativos, e o de que o Eneagrama proporciona conteúdos que podem ser trabalhados em terapia, tanto pela análise das questões, quanto pelas teorias apresentadas na pesquisa.

Verificou-se, que os conceitos trazidos pelas teorias, que fundamentam a pesquisa, são correlatos, levando a supor que os conteúdos do Eneagrama, trazidos pelas pessoas à terapia, podem auxiliar o terapeuta e cliente a traçarem objetivos a serem trabalhados em terapia, a partir da realidade do cliente.

As duas teorias propõe que a pessoa seja protagonista em seu desenvolvimento pessoal, a Teoria Cognitivo-Comportamental fornecendo técnicas e acompanhando o aprendizado da pessoa no uso dessas técnicas, e o Eneagrama, proporcionando o conteúdo teórico o qual deve ser vivenciado através da observação, e da tomada de consciência de suas atitudes.

Daniels e Price (2014) em seu livro “A Essência do Eneagrama” apresentam indicações de exercícios que podem ser praticados sob o olhar dos diversos indicativos do Eneagrama, das características da personalidade e das demais temáticas tratadas na ferramenta, que envolvem todos os tipos do Eneagrama. Entretanto, esses exercícios, embora de grande valor, são uma forma de reflexão, atenção, consciência sobre o que a pessoa observa em seu comportamento, e de como canalizar sua energia, atenção e inteligência, do que propriamente técnicas específicas para o crescimento pessoal.

Sobre o Eneagrama em relação ao desenvolvimento pessoal, Palmer (2000, p. 26) coloca:

A intenção oculta por trás do relato de sua própria história é naturalmente obter alguma luz sobre os padrões que governam sua vida, mas, neste caso a meta de se compreender a si mesmo é aprender a observar internamente esses padrões, deles desviar a atenção e, por fim, pôr de lado a personalidade. [...] Pôr de lado a personalidade significa ser capaz de desviar a atenção de pensamentos e de sentimentos, de modo que outras percepções possam aflorar na consciência.

Nesse sentido entende-se que as duas teorias se complementam, pois como trilhar esse processo de crescimento sem um acompanhamento, grupo de partilha ou terapeuta. Sabe-se que o processo de mudança mesmo em terapia é muito difícil, porque exige comprometimento, constância, abertura e autoconhecimento e exige também saber pôr-se de lado como um observador dos padrões, que as técnicas da Teoria Cognitivo-Comportamental podem proporcionar.

Verifica-se que os resultados apontam para uma possibilidade e resposta afirmativa ao problema da pesquisa. Esses resultados podem vir a ser estudados com mais profundidade a partir de pesquisas experimentais com grupos, ou com outros instrumentos onde se possam avaliar diversas variáveis, extraindo-se possíveis distorções e desvios.

Acredita-se que a pesquisa cumpriu o seu fim, visto que trouxe elementos novos a serem pesquisados e aprofundados, e possíveis hipóteses a serem avaliadas a partir deste estudo.

Por tudo que foi explanado e trazido pela pesquisa entendemos que o instrumento Eneagrama como ferramenta de autoconhecimento pode ser interessante à psicologia, porque normalmente a terapia envolve o conhecimento do paciente através de investigação pelo terapeuta a fim de colher os conteúdos relevantes a serem trabalhados.

Se o paciente já trazer um conhecimento de suas características, modo de agir, mecanismos conscientes e inconscientes, que entende como seus, acredita-se que traçar objetivos a serem trabalhados em terapia seria mais efetivo.

Conforme Schultz D. e Schultz S. (2011) trazem em relação à reflexão feita por Carl Rogers sobre o autoconhecimento, onde os autores descrevem que Carl Rogers acreditava mais na influência de fatores externos como o meio ambiente e a família como responsáveis pelo comportamento futuro das pessoas e que, segundo os mesmos autores, após ele ter contato com a pesquisa realizada por William Kell e Helen McNeil, que concluíram em sua pesquisa que o único indicador mais importante do comportamento de pessoas delinquentes era o autoconhecimento, é que ele passou a reconhecer sua importância.

Em relação a isso os mesmos autores trazem um pensamento de Carl Rogers (1987, p. 119, apud SCHULTZ, 2011, p. 286):

Essa experiência ajudou-me a decidir concentrar minha carreira principalmente no desenvolvimento de uma psicoterapia que proporcionasse maior consciência do autoconhecimento, autodireção e responsabilidade pessoal, em vez de me concentrar em mudanças no ambiente social. Levou-me a colocar maior ênfase no estudo do self e em como ele se modifica.

Assim entendemos a importância de se aprofundar nessa temática do autoconhecimento, e o Eneagrama pode ser uma opção.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. de. **Introdução à Metodologia do Trabalho Científico**. 4. ed. São Paulo: Editora Atlas S.A – 1999.

BECK, J.S. **Terapia Cognitiva**: teoria e prática. Tradução Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1997.

BERGIN, E.; FITZGERALD, E. **A espiritualidade do Amor em nossa Fraqueza**. Brasília: Edições Pelicano, 1996.

CHAER, G., DINIZ, R. R. RIBEIRO, E. A. **Técnica do questionário na pesquisa educacional**. Araxá: Evidência, v. 7, n. 7, p. 251-266, 2011. Texto [ON LINE].

Disponível em:

<http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/maio2013/sociologia_artigos/pesquisa_social.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2016.

DANIELS, D.; PRICE, V. **A Essência do Eneagrama – Manual da Autodescoberta e Teste Definitivo de Personalidade**. 11. ed. São Paulo: Editora Pensamento, 2014.

EQUIPE DE FORMAÇÃO. **Apostila do Curso do Eneagrama I**. Ponta Grossa: Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente, 2015.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A.. **Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

LEAHY, R. L. **Técnicas de terapia cognitiva**: manual do terapeuta. Porto Alegre: Artmed, 2006.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M.. **Técnicas de Pesquisa**: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

MELENDO, M. **O Eneagrama**: um método de autoconhecimento, auto-aceitação e aperfeiçoamento das relações interpessoais. São Paulo: Edições Loyola, 2001.

PALMER, H. **O Eneagrama**: compreendendo-se a si mesmo e aos outros em sua vida. São Paulo: Paulinas, 1993.

PASSOS, A., *et al.* **O Eneagrama em união**: escolas significados e aplicações. São Paulo: Qualidade em Quadrinhos editora, 2014.

RANGÉ, B. **Psicoterapia comportamental e cognitiva**: Pesquisa, prática, aplicações e problemas. São Paulo: Livro Pleno, 2001.

RANGÉ, B. **Homenagem a Albert Ellis**. Rev. Bras. Ter. Cogn. [online]. 2007, vol.3, n.2, pp. 0-0. ISSN 1982-3746. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872007000200008&script=sci_arttext&lng=en>. Acesso em: 01 out. 2016.

ROHR, R.; EBERT, A. **O Eneagrama**: as nove faces da alma. Tradução de Edgar Orth. 15. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

SAMPIERI, R. H; COLLADO, C. F.; LUCIO, M. del P. B.. **Metodologia de pesquisa..** 5 ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SHULTZ, D. P.; SCHULTZ, S. E. **Teorias da personalidade**. 2 ed. São Paulo: Cengage Learning, 2011.

WRIGHT, J. H.; BASCO, M. R.; THASE, I. E.. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental**: um guia ilustrado. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WEBB, K. **Fundamentos do Eneagrama**. Tradução de Henrique Amaral Rêgo Monteiro. São Paulo: Avatar, 1998.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO

QUESTIONÁRIO

Identificação:

Nome:

Sexo:

Idade:

1. Qual o seu eneatipo, segundo o Eneagrama?

2. Você considera que os conteúdos do Eneagrama ajudam a refletir sobre como você age, reage e interage com as pessoas?
() Sim
() Não
Por quê?

3. Após o contato com o Eneagrama você se vê de maneira diferente?
() Sim
() Não
Por quê?

4. Você considera que você passou a entender melhor seus comportamentos a partir do Eneagrama?
() Sim
() Não
Por quê?

5. Você considera que o Eneagrama ajudou você a entender melhor o comportamento das pessoas com quem você se relaciona?
() Sim
() Não
Por quê?

6. Você considera o Eneagrama uma ferramenta importante para ajudar no autoconhecimento?

() Sim

() Não

Por quê?

7. Antes de conhecer o Eneagrama você já tinha procurado outros recursos para se conhecer melhor?

() Sim

() Não

Se sim, quais?

8. Você faria terapia ou participaria de grupo terapêutico para continuar seu desenvolvimento pessoal a partir dos conteúdos do Eneagrama?

9. Identifique e extraia do anexo: cinco afirmativas referentes ao seu eneatipo, que considera mais característico de seu comportamento ou pensamento, colocando seu número nas lacunas.

Afirmativas () (...) () () ()

10. Qual das emoções abaixo: você considera que está mais presente no seu dia a dia e que aparece primeiro quando em conflito ou estresse?

RAIVA ()

MEDO ()

ANSIEDADE ()

11. Qual das frases abaixo você considera que vem mais à sua mente, principalmente quando as coisas não dão certo?

() Eu sou ruim, mau(má)

() Sou incapaz, inferior

() sou sem valor, não sirvo para nada

12. Com qual das frases abaixo você se identifica mais quando pensa em seu corpo? Considere como o vê, pensa, se relaciona e age.

() Eu sou o meu corpo

() Eu tenho corpo

() Que corpo?

13. Qual palavra resume melhor seu relacionamento com os outros enquanto posicionamento? Consulte os desdobramentos de cada item no anexo.

() Ditador

() Democrático

() Sujeito

14. Descreva um pensamento ou pergunta que mais vem à sua mente em momentos de estresse.

ANEXO A - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

**INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA**

FACULDADE SANT'ANA – Recredenciada pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2612 de 3 de outubro de 2002
Rua Pinheiro Machado, 169 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (42) 3224-0301
RTE / @iesas@iesas.edu.br - secretaria @iesas.edu.br

TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Ponta Grossa, 13 de abril de 2016.

Ilustríssimo Senhor

Eu, Kelly de Lara Soczek, responsável principal pelo projeto de graduação do Curso de Psicologia da Faculdade Sant'Ana operacionalizada pela acadêmica Telma Regina Antoniácomi Maschio, venho pelo presente, solicitar vossa autorização para realizar este projeto de pesquisa no Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente, para o trabalho de pesquisa sob o título "O Eneagrama como ferramenta de autoconhecimento e sua relação com a Teoria Cognitivo Comportamental".

Este projeto de pesquisa atendendo o disposto na Resolução CNS 466 de 12 de Dezembro de 2012, tem como objetivo analisar, através dos conteúdos trazidos por pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, a possibilidade de traçar objetivos a serem trabalhados em terapia e se essas mesmas pessoas apresentam maior abertura a um trabalho terapêutico. Os procedimentos adotados serão: extrair do cadastro da Instituição os dados de cem pessoas a serem pesquisadas, que realizaram pelo menos o eneagrama I e tenham a idade mínima de 18 (dezoito anos); enviar um questionário composto com perguntas relativas à sua experiência com o eneagrama, enquanto ferramenta de autoconhecimento, e pesquisar seu interesse em continuar seu desenvolvimento pessoal através de terapia; analisar os dados coletados e divulgar seus resultados no Trabalho de Conclusão de Curso.

Esta atividade pode causar questionamentos por parte dos escolhidos, causando um aumento no volume de contatos com a Instituição, alguma reclamação por ter sido fornecido seu cadastro para envio do questionário sem ter sido consultado, constrangimento em responder alguma questão ou medo de responder ao questionário por razões pessoais. Para que tais situações não ocorram ou pelo

Observação: Informamos que no curso de graduação o responsável pela pesquisa é o professor/orientador.

Documento em duas vias: 1ª via instituição/ 2ª via pesquisadores



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA – Recredenciada pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
 INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2912 de 3 de outubro de 2002
 Rua Pinheiro Machado, 189 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (42) 3224-0301
[Site: www.iesa.edu.br](http://www.iesa.edu.br) - secretaria@iesa.edu.br

menos sejam amenizadas tomaremos as seguintes providências: o questionário será enviado como anexo por e-mail e antes informaremos de maneira clara e precisa, através do e-mail da Instituição quais são os objetivos da pesquisa, a questão da privacidade das informações e o sigilo em relação à fonte, não fazendo divulgação do nome do pesquisado; orientar que os questionários respondidos sejam enviados ao e-mail pessoal da acadêmica que está operacionalizando a pesquisa, evitando assim que outras pessoas entrem em contato com as informações, dar instruções precisas à secretária da Instituição dos objetivos da pesquisa e de como deve ser sua postura no atendimento das pessoas que vierem a entrar em contato com a Instituição, deixando o telefone pessoal da acadêmica para dúvidas para as quais a secretária não se sinta instruída a responder. O período previsto para coleta de dados é o mês de junho de 2016, após retorno do projeto pelo Conselho de Ética, se aprovado para aplicação sem modificações.

Espera-se com esta pesquisa, poder contribuir: com a Instituição, pois esperamos, com os resultados, averiguar a validade da utilização da ferramenta do eneagrama como instrumento de autoconhecimento e qual a expectativa das pessoas pesquisadas de continuar seu desenvolvimento pessoal através de terapia; com a sociedade, oportunizando conhecimento sobre essa ferramenta e se ela é ou não útil às pessoas; e com a psicologia e o meio científico ao oportunizar os resultados da pesquisa que podem servir de base para aplicação em outros grupos de pesquisa ou aprofundamento do conhecimento sobre o tema a partir dos dados obtidos. Qualquer informação adicional poderá ser obtida através do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Faculdade Sant'Ana e pelos pesquisadores Kelly de Lara Soczek, e-mail: kelly_soczek@ueparana.com.br, fone: 8801-8224 e Telma Regina Antoniácomi Maschio, e-mail: telma.maschio@hotmail.com.br, fone: 9961-1226.

A qualquer momento vossa senhoria poderá solicitar esclarecimento sobre o desenvolvimento do projeto de pesquisa que está sendo realizado e, sem qualquer tipo de cobrança, poderá retirar sua autorização. Os pesquisadores aptos a esclarecer estes pontos e, em caso de necessidade, dar indicações para solucionar ou contornar qualquer mal-estar que possa surgir em decorrência da pesquisa.

Observação: Informamos que no curso de graduação o responsável pela pesquisa é o professor/orientador.
 Documento em duas vias: 1ª via Instituição/ 2ª via pesquisadores



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA – Recredenciada pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
 INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2812 de 3 de outubro de 2002
 Rua Pinheiro Machado, 189 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (42) 3224-0301
<http://www.issa.edu.br> - secretaria@issa.edu.br

Os dados obtidos nesta pesquisa serão utilizados na publicação de artigos científicos e que, assumimos a total responsabilidade de não publicar qualquer dado que comprometa o sigilo da participação dos integrantes de vossa instituição como nome, endereço e outras informações pessoais, que não serão em hipótese alguma publicados. Na eventualidade da participação nesta pesquisa, causar qualquer tipo de dano aos participantes, nós pesquisadores nos comprometemos em reparar este dano, e ou ainda prover meios para a reparação. A participação será voluntária, não fornecemos por ela qualquer tipo de pagamento.

Autorização Institucional

Eu, Damasceno A. Ribas, responsável pela instituição Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente, declaro que fui informado dos objetivos da pesquisa acima, e concordo em autorizar a execução da mesma nesta instituição. Caso necessário, a qualquer momento como instituição CO-PARTICIPANTE desta pesquisa poderemos revogar esta autorização, se comprovada atividades que causem algum prejuízo à esta instituição ou ainda, a qualquer dado que comprometa o sigilo da participação dos integrantes desta instituição. Declaro também, que não recebemos qualquer pagamento por esta autorização bem como os participantes também não receberão qualquer tipo de pagamento.

Conforme Resolução CNS 466 de 12/12/2012 a pesquisa só terá início nesta instituição após apresentação do **Parecer de Aprovação por um Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos**.

Pesquisador 	Responsável pela Instituição 
Pesquisador Participante 	

Observação: Informamos que no curso de graduação o responsável pela pesquisa é o professor/orientador.
 Documento em duas vias: 1ª via instituição/ 2ª via pesquisadores

ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA – Reconhecida pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
 INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2812 de 3 de outubro de 2002
 Rua Pinheiro Machado, 194 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (41) 3224-0301
www.iesa.edu.br - secretaria@iesa.edu.br

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Nós, Kelly de Lara Soczek e Telma Regina Antoniâcomi Maschio, pesquisadores da Faculdade Sant'Ana, convidamos o (a) Senhor(a) a participar da pesquisa: O ENEAGRAMA COMO FERRAMENTA DE AUTOCONHECIMENTO E SUA RELAÇÃO COM A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL.

O objetivo desta pesquisa é analisar, através dos conteúdos trazidos por pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, a possibilidade de traçar objetivos a serem trabalhados em terapia e se essas mesmas pessoas apresentam maior abertura a um trabalho terapêutico.

O (a) senhor(a) receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo através da omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a). Sua participação neste estudo é voluntária e se você não quiser mais fazer parte da pesquisa poderá desistir a qualquer momento e solicitar que lhe devolvam o termo de consentimento livre e esclarecido assinado.

A sua participação será através do preenchimento de um questionário que será enviado ao seu e-mail, através do e-mail da instituição.

Os resultados da pesquisa serão divulgados na Instituição Faculdade Sant'Ana podendo ser publicados posteriormente e em nenhum momento seu nome será divulgado. Os dados e materiais utilizados na pesquisa ficarão sobre a guarda do pesquisador.

Alguns riscos podem relacionados ao estudo podem ser: causar questionamentos por parte dos escolhidos, causando um aumento no volume de contatos com a Instituição, alguma reclamação por ter sido fornecido seu cadastro para envio do questionário sem ter sido consultado, constrangimento em responder alguma questão ou medo de responder ao questionário por razões pessoais.

Os benefícios esperados com essa pesquisa são:

1. Com a Instituição: espera-se, com os resultados, averiguar a validade da utilização da ferramenta do eneagrama como instrumento de autoconhecimento e



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA – Reconhecida pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
 INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2012 de 3 de outubro de 2002
 Rua Pinheiro Machado, 139 – Ponta Grossa – PR – CEP 84010-310 – (42) 3224-0001
<http://www.iesa.edu.br> - secretaria@iesa.edu.br

qual a expectativa das pessoas pesquisadas de continuar seu desenvolvimento pessoal através de terapia;

2. Com a sociedade: oportunizar conhecimento sobre essa ferramenta e se ela é ou não útil às pessoas;

3. Com a psicologia e o meio científico ao oportunizar os resultados da pesquisa que podem servir de base para aplicação em outros grupos de pesquisa ou aprofundamento do conhecimento sobre o tema a partir dos dados obtidos.

No entanto, nem sempre você será diretamente beneficiado com o resultado da pesquisa, mas poderá contribuir para o avanço científico.

Os pesquisadores Kelly de Lara Soczek e Telma Regina Antoniácomi Maschio responsáveis por este estudo poderão ser contatados nos seguintes e-mails: kelly_soczek@yahoo.com.br – fone (42) 8801-8224 / anadobruski18@hotmail.com.br – fone (42) 9961-1226, para esclarecer eventuais dúvidas que o Sr (a) possa ter e fornecer-lhe as informações que queira, antes, durante ou depois de encerrado o estudo.

Se você tiver dúvidas sobre seus direitos como participante de pesquisa, você pode contatar Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos –CEP/SANT'ANA pelo Telefone (42) 32240301. O CEP trata-se de um grupo de indivíduos com conhecimento científicos e não científicos que realizam a revisão ética inicial e continuada do estudo de pesquisa para mantê-lo seguro e proteger seus direitos.

As informações relacionadas ao estudo poderão conhecidas por pessoas autorizadas. No entanto, se qualquer informação for divulgada em relatório ou publicação, isto será feito sob forma codificada, para que a sua identidade seja preservada e seja mantida a confidencialidade.

Quando os resultados forem publicados, não aparecerá seu nome, e sim um código.

Eu, _____ li esse termo de consentimento e compreendi a natureza e objetivo do estudo do qual concordei em participar. A explicação que recebi menciona os riscos e benefícios e entendi que sou livre para interromper minha participação a qualquer momento sem justificar minha decisão.

Eu concordo voluntariamente em participar deste estudo.



INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

FACULDADE SANT'ANA – Reconhecida pela Portaria MEC nº 1473 de 07 de Outubro de 2011.
 INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO SANT'ANA – Credenciado pela Portaria MEC nº 2012 de 3 de outubro de 2002
 Rua Pinheiro Machado, 139 – Ponta Grossa – PR - CEP 84010-310 – (42) 3224-0201
<http://www.iesa.edu.br> - sac@iesa.edu.br

(Nome e Assinatura do participante da pesquisa ou responsável legal)
 Local e data

(Somente para o responsável pelo projeto)

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido deste participante ou do responsável legal para a participação neste estudo.

(Nome e Assinatura do Pesquisador ou quem aplicou o TCLE)
 Local e data

Obs: Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com o pesquisador responsável e a outra com o participante da pesquisa.

ANEXO C – PARTES INTEGRANTES DO QUESTIONÁRIO

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “UM”

UNS

1. Gosto que tudo seja o mais perfeito possível.
2. Esforço-me para me livrar dos meus defeitos.
3. Acho que me desculpo demais por um monte de coisas.
4. Provavelmente o adjetivo que melhor me descreve é meticuloso.
5. Fico transtornado quando as pessoas não são justas.
6. Nunca acho que sou bom o suficiente para merecer o amor das pessoas.
7. Tenho dificuldade para relaxar e para fazer uma pausa no trabalho.
8. Tenho uma consciência intrínseca que continuamente me critica.
9. Identifico-me com os reformadores e com todos aqueles que lutam pelo que é certo.
10. Descobrir o menor defeito em alguma coisa me deixa chateado.
11. Não vejo as coisas em tons de cinza, mas sim em termos de preto e branco.
12. Raramente tenho tempo suficiente para fazer tudo o que preciso.
13. Fico incomodado quando as coisas não são do jeito que deveriam ser.
14. Sou uma pessoa preocupada.
15. Gosto de ter razão; não gosto de estar errado.
16. Fico ressentido quando as pessoas não correspondem ao que deveriam ser.
17. Às vezes sou muito rigoroso e puritano.
18. Presto muita atenção nos detalhes e pormenores.
19. Sempre encontro erros e reparo no que está faltando.
20. Quando as coisas não dão certo analiso com precisão o porquê.
21. Acho que todo mundo tem obrigação de ser honesto, principalmente eu.
22. Detesto desperdício de tempo.
23. Culpo-me constantemente por não ser melhor.
24. Em geral fico inquieto lutando por aquilo que está fora do meu alcance.
25. Estou sempre ressentido, às vezes tanto que me torno insuportável.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “DOIS”

DOIS

1. Sempre sinto que sou eu quem se aproxima e quem se dá às pessoas.
2. Gosto de ajudar espontaneamente.
3. Permito que as pessoas se aproximem de mim.
4. Com freqüência me sinto vazio por dentro.
5. A maior parte do tempo sinto não ser apreciado.
6. Sou conselheiro, confidente e compreensivo ao mesmo tempo.
7. Ser necessário é importante para mim.
8. Podem sempre contar comigo para ajudar em caso de crise.
9. Até meu tempo livre é dedicado aos outros.
10. Minha maior preocupação é ter atenção para com os outros.
11. Gosto de acreditar que sou auto-suficiente.
12. Gosto de agradar.
13. Prefiro dar a receber.
14. É possível que me achem muito emotivo.
15. Às vezes as pessoas me “usam” e isto me afeta.
16. Prefiro não me deter nas minhas necessidades e nos meus desejos.
17. No fundo, sei que tenho um “complexo de vítima”.
18. Sinto-me bem comigo mesmo quando ajudo os outros a satisfazer suas necessidades.
19. Sinto orgulho em ajudar os outros.
20. Lamento o tempo que me é tirado.
21. Não demonstro claramente a minha raiva, mas tenho tendência a manipular.
22. Posso me tornar bastante agressivo quando as pessoas ficam contra mim.
23. Minhas próprias necessidades ficam em segundo plano em relação às dos outros.
24. Nem sempre as pessoas são gratas a tudo o que faço por elas.
25. Gosto de ser gentil com as pessoas.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “TRÊS”

TRÊS

1. Gosto de viver perigosamente.
2. Planejar e organizar são coisas naturais para mim.
3. Gosto de saber qual é o meu lugar e o que se espera de mim.
4. Trabalho muito bem em equipe.
5. Minha imagem é importante para mim; gosto de ser considerado bem-sucedido.
6. Posso perder minha identidade quando me envolvo demais com trabalho.
7. Respiro “sucesso” o tempo inteiro.
8. Projetos podem ser mais importantes que pessoas.
9. Não me importo de me gabar de tudo que já fiz, de quem já conheci etc.
10. Sou um trabalhador rápido e eficiente e com frequência sou invejado por isso.
11. Gosto de acompanhar de perto o progresso que fiz.
12. O fracasso deve ser evitado a qualquer custo.
13. Acho que negligencio meu mundo interior.
14. Com frequência tenho que ceder para que os outros façam a minha vontade.
15. Não tenho dificuldade para tomar decisões.
16. Acho que as pessoas reparam em você se você for bem-sucedido.
17. Sou bem capaz de distorcer a verdade para atingir meus objetivos.
18. Posso ser bastante agressivo, especialmente com as pessoas que fracassam.
19. Normalmente me sinto inferior quando não estou por cima.
20. Gosto de iniciar projetos e depois deixar que outros o concluam.
21. Eu passo uma boa imagem; seria bom em publicidade.
22. Sei o que quero e faço o necessário para consegui-lo.
23. As pessoas podem não acreditar, mas sou bastante ansioso.
24. Admiro aqueles que alcançaram muitas coisas ao longo de suas vidas.
25. Enfatizo o que é positivo e tento esquecer meus fracassos.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “QUATRO”

QUATROS

1. Sinceramente sinto-me muito especial.
2. Comigo as experiências são mais profundas do que com os outros.
3. Costumo fazer as coisas com brilho e estilo.
4. Às vezes sinto-me preso ao meu passado.
5. O lado simbólico da vida me atrai.
6. Com freqüência sou tomado por pensamentos de perda, dor e morte.
7. A representação ou a expressão dramática servem-me como válvula de escape emocional.
8. Meu estado de ânimo oscila de muito bom a péssimo e entre ambos é apático.
9. As pessoas acham que eu as desprezo e me consideram um pouco esnobe.
10. A depressão não me é estranha.
11. Sempre estou reclamando do que não dá certo na minha vida.
12. Gostaria de ter outros dons e talentos.
13. Não gosto de nada que não seja de bom gosto.
14. Muitas vezes sou mal compreendido.
15. Gosto de estar rodeado de coisas belas.
16. Identifico-me tão profundamente com os outros que consigo sentir seus sofrimentos.
17. A vida não é fácil, mas tento afastar a tristeza com alegria.
18. Raramente me acho uma pessoa comum.
19. Tento evitar exageros no vestir.
20. Não pareço ser tão feliz quanto os outros.
21. Muitas pessoas simplesmente não conseguem entender o que eu sinto.
22. O término de relacionamentos me abala mais do que a outras pessoas.
23. As pessoas acham que sou dramático demais.
24. Frequentemente me pergunto se reajo às situações com emoção suficiente.
25. Aprecio quase todas as formas de arte e me considero artístico.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “CINCO”

CINCOS

1. Muitas vezes sou um observador e não um participante.
2. Não gosto de partilhar meus sentimentos.
3. Preciso de muito tempo para mim.
4. Acho difícil dar. Prefiro aceitar, pegar e receber.
5. Costumo esconder o que sei porque o conhecimento é precioso.
6. Sou egoísta com meu tempo e mesquinho com meu dinheiro.
7. Consigo ter uma visão imparcial de problemas complexos.
8. Meu lema para resolver os problemas é “pensar com calma”.
9. Trabalho melhor sozinho.
10. No fundo tenho medo de ficar vazio.
11. Não gosto de gritar. Irrita-me quando me dizem para falar mais alto.
12. Acho difícil pedir ajuda às pessoas.
13. Não gosto de ser enganado. Dou valor ao meu dinheiro.
14. Não sou do tipo insistente.
15. Quero me informar sobre tudo para descobrir como as coisas funcionam.
16. Não meço palavras. Às vezes não tenho tato.
17. Dou a impressão de ser dono de mim, indiferente e superior a tudo.
18. Resmungo palavras como “estúpido”, “pateta”, “imbecil”, “tolo” quando estou com raiva.
19. Gosto de deixar que os outros comecem as coisas.
20. Sou um pássaro ciscando coisas que podem vir a ser úteis.
21. Tenho dificuldades em conversa fiada e posso me calar em companhia de outras pessoas.
22. Para mim o projeto principal é mais importante do que os detalhes concretos.
23. Costumo pensar bem sobre os assuntos antes de discutí-los.
24. Não falo tanto quanto os outros; portanto, sempre precisam me perguntar o que penso.
25. Não me sinto à vontade quando me pedem para expressar meus sentimentos.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “SEIS”

SEIS

1. Geralmente sou equilibrado nos meus pontos de vista.
2. Tomo muito poucas decisões espontâneas.
3. Para mim é muito importante a lealdade ao grupo.
4. Sou suscetível, sensível e não gosto de ser enganado.
5. Quase sempre sacrifico minha independência em favor da segurança.
6. O medo surge com frequência na minha vida.
7. Gosto de saber o que se espera de mim.
8. Tomo partido em discussões e sempre gosto de saber quem está do meu lado.
9. Sem regras, não se sabe o que as pessoas poderiam fazer.
10. Quase sempre estou cheio de dúvidas.
11. Às vezes me sinto covarde.
12. Reconheço problemas e riscos com mais rapidez do que os outros.
13. Meu senso do dever em geral determina o que faço ou deixo de fazer.
14. Gosto de examinar todas as possibilidades antes de decidir o que fazer.
15. Com mais frequência apóio a autoridade do que a enfrento.
16. Sou tido como um pouco dogmático.
17. Sou tímido.
18. Mudo de idéia com frequência.
19. Quase nunca tenho consciência do quanto sou direto, apesar de vê-lo nos outros.
20. Sou sério demais.
21. A indecisão me impede de alcançar coisas melhores.
22. Sinto-me inibido em diversas situações.
23. Invejo quem toma decisões rápidas.
24. Prefiro me ater a uma agenda do que deixar as coisas acontecerem.
25. Acho que sou mais defensivo do que a maioria das pessoas.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS "SETE"

SETES

1. A maioria das pessoas é séria demais; se levarmos a vida com mais leveza, ela será mais alegre.
2. Desejo que as pessoas me achem uma companhia divertida.
3. Raramente conheço alguém de quem não goste.
4. Adoro sonhar acordado.
5. Sou bom de papo, tenho muitas histórias para contar.
6. Tento evitar situações dolorosas; quando magoado, "caio fora".
7. As coisas boas nunca são demais.
8. Muitas vezes sou elogiado por ser a alma da festa.
9. Sou muito aberto às pessoas - não sou desconfiado nem preconceituoso.
10. Fui uma criança muito feliz.
11. Gosto de respostas rápidas, odeio esperar.
12. Faço grandes planos.
13. Sou uma pessoa muito otimista para ficar me detendo nas dificuldades da vida.
14. Sou no fundo como uma criança, alegre e divertido.
15. Prefiro conversas leves e animadas a sérias e pesadas.
16. Aproveito a vida plenamente.
17. Apesar das dificuldades, as coisas geralmente acabam bem.
18. Cada coisa tem o seu lugar no grande plano do universo.
19. Acho mórbido ficar triste por muito tempo.
20. Em geral meus planos ficam "no ar" e têm poucos aspectos concretos.
21. Minha perseverança não corresponde ao meu entusiasmo.
22. As pessoas me acham mais superficial do que profundo.
23. Na minha opinião, o futuro guarda grandes surpresas para nós.
24. Gosto que as coisas sejam agradáveis e alegres.
25. Não gosto de confrontos, prefiro disfarçar as divergências.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “OITO”

OITOS

1. Acredito que quando se quer alguma coisa deve-se lutar por ela.
2. As pessoas não me assustam; sei enfrentá-las, caso necessário.
3. É difícil para mim ouvir que preciso mudar.
4. As pessoas trazem seus problemas consigo.
5. Sou implacável com quem me fere e muitas vezes sou vingativo.
6. Minha primeira resposta é não; assim posso pensar melhor.
7. Sou um pouco rebelde; nem sempre me conformo.
8. “Dou duro” no trabalho.
9. Gosto do poder e de usá-lo.
10. Às vezes sou um pouco rude e tosco - “bruto” no melhor sentido.
11. Para mim não é nada demais manifestar minha insatisfação.
12. Num grupo sempre sei quem tem poder e quem não tem.
13. Tomo decisões rápidas, muitas vezes sem dispor de todas as informações.
14. Se as coisas não deslancham fico logo entediado.
15. Se for preciso, sei como atingir os pontos fracos dos outros.
16. Não consigo não “mexer em casa de marimbondo.”
17. Zelo pela proteção daqueles que estão sob meus cuidados.
18. Sou rigoroso na justiça; para mim a injustiça é inaceitável.
19. Introspecção é muitas vezes uma desculpa para não agir.
20. Sou uma pessoa enérgica - um bom adjetivo seria “agressiva”.
21. Consigo fazer as coisas acontecerem e concluir projetos.
22. Tenho um lado sensível e meigo que acho difícil expressar.
23. Acho difícil escutar.
24. Sou áspero e grosseiro, e consigo oprimir os outros.
25. Acho difícil confiar em mim.

AFIRMATIVAS DOS TIPOS “NOVE”

NOVES

1. As pessoas me acham descontraído; um bom adjetivo seria despreocupado.
2. É inútil ficar chateado demais com as coisas.
3. Tento colocar panos quentes minimizando os problemas.
4. Preciso de um empurrão para começar as coisas.
5. Tenho muita paz interior.
6. Uma das minhas grandes qualidades é que sou equilibrado e estável.
7. “Amanhã” é uma ótima palavra; as coisas sempre podem esperar.
8. Geralmente escolho a solução mais fácil.
9. Costumo dormir muito bem.
10. “Não deixe que nada te perturbe” é um bom lema.
11. Mudanças me incomodam bastante, e acho difícil “me mexer”.
12. No fundo não me considero uma pessoa muito importante.
13. Raramente fico muito empolgado ou entusiasmado com as coisas.
14. Tendo a reprimir meus sentimentos.
15. Quase sempre dou a impressão de estar sem energia.
16. Com frequência sou indeciso, não gosto de dizer “sim” ou “não”.
17. Faço tudo o que é possível para poupar minha energia.
18. Vejo-me como um mediador e pacificador.
19. Não sou muito pontual.
20. Gosto de ter tempo para mim, para sentar e não fazer nada.
21. Minha atenção é um pouco dispersa, por isso tenho dificuldade em escutar.
22. “Nunca fique em pé quando pode ficar sentado, nem fique sentado quando pode ficar deitado”.
23. Quase sempre aceito as coisas como elas são.
24. Tenho tendência a esquecer as coisas.
25. Quando se chega a conhecer as pessoas, elas não são tão diferentes assim.

DESDOBRAMENTOS DA PERGUNTA 13

DITADOR

Quer dominar para não perder o controle

Gosta da liderança

É independente

Exige integridade, honestidade

Quem não está a favor está contra

Tem dificuldade em amar e ser amado

É competitivo: compara-se muito com os outros

Sabe viver o mínimo

Procura aceitação: gosta de estar com alguém que não julga

DEMOCRÁTICO

Sente necessidade de criar laços com e entre outros: amizade, etc.

Pode até mentir para conseguir o que deseja

Sempre quer saber as necessidades do outro para melhor servi-lo

Sente-se só no meio da multidão

Procura afirmação: quer ser valorizado pelo que faz e pela maneira que faz

SUJEITO

Pode sentir-se ligado emocionalmente, mas não demonstra isso

Valoriza sua privacidade, e pode mentir para segurá-la

Não gosta de intrusão, interrupção, ser observado

Vacila entre dependência e independência

Procura confirmação e tende a valorizar mais a percepção do outro do que sua própria percepção.

Texto reproduzido do Quadro Síntese da apostila do encontro Eneagrama I, do Centro de Valorização e Integração Humana Gente Re-Gente, pg.14. Disponível na Instituição.

ANEXO D – PB – PARECER CONSUBSTANCIADO – CEP – 1538526

FACULDADE SANT'ANA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: O ENEAGRAMA COMO FERRAMENTA DE AUTOCONHECIMENTO E SUA RELAÇÃO COM A TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL.

Pesquisador: Kelly de Lara Soczek

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 55361216.7.0000.5694

Instituição Proponente: ASSOCIAÇÃO MISSIONÁRIA DE BENEFICÊNCIA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.538.525

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um trabalho de conclusão de curso do curso de Psicologia da Faculdade Sant'ana sob a orientação da Prof. Esp. Kelly de Lara Soczek (Acadêmica Telma Regina Maschio).

Objetivo da Pesquisa:

Analisar, através dos conteúdos trazidos por pessoas que entraram em contato com o Eneagrama, a possibilidade de traçar objetivos a serem trabalhados em terapia e se essas mesmas pessoas apresentam maior abertura a um trabalho terapêutico.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Trabalho implica em aplicação de questionários com profissionais que já tiveram contato com a prática do eneagrama.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Pesquisa de baixo risco para os participantes, constituindo risco maior a exposição dos dados, no entanto pesquisadores previram e demonstraram balanço favorável quando comparável aos benefícios da pesquisa.

Endereço: Rua Pinheiro Machado - nº 189

Bairro: CENTRO

CEP: 84.010-510

UF: PR

Município: PONTA GROSSA

Telefone: (42)3224-0301

E-mail: cep@mesa.edu.br

FACULDADE SANT'ANA



Continuação do Parecer: 1.530.526

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos documentos foram apresentados corretamente.

Recomendações:**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Aprovado sem pendências.

Considerações Finais a critério do CEP:**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_701039.pdf	18/04/2016 23:40:49		Aceito
Outros	TAJ_3.pdf	18/04/2016 23:40:09	Kelly de Lara Soczek	Aceito
Outros	TAJ_2.pdf	18/04/2016 23:39:52	Kelly de Lara Soczek	Aceito
Outros	TAJ_1.pdf	18/04/2016 23:39:31	Kelly de Lara Soczek	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	18/04/2016 23:38:38	Kelly de Lara Soczek	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoOficialTeima.pdf	18/04/2016 23:38:27	Kelly de Lara Soczek	Aceito
Folha de Rosto	FoihadeRostoTeima.pdf	18/04/2016 23:37:59	Kelly de Lara Soczek	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PONTA GROSSA, 10 de Maio de 2016

Assinado por:
Analia Maria de Fátima Costa
(Coordenador)

Endereço: Rua Pinheiro Machado - nº 189

Bairro: CENTRO

CEP: 84.010-310

UF: PR

Município: PONTA GROSSA

Telefone: (41)3224-0001

E-mail: cep@mesa.edu.br