

SIAMO FATTI COSI'

! vs ?

Persona e Personalità

Personalità V Carattere

«Uno, nessuno e centomila» (L. Pirandello, 1926)

Il termine 'personalità', deriva da 'persona', la maschera del teatro classico che l'attore portava sul volto e attraverso cui parlava (per sona, 'la voce passa attraverso') e indicava quindi un'apparenza, mentre l'uomo reale restava nascosto.

(R. Luccio, 1996)

Personalità, dal lat. tardo *personalitas -atis*, der. di *personalis* «personale¹»

L'insieme di quelle disposizioni e funzioni affettive, volitive e cognitive che si sono progressivamente combinate nel tempo ad opera di fattori genetici, di dinamiche formative e di influenze sociali, fino a costituire una struttura relativamente stabile e integrata riconosciuta dall'individuo come propria, ed espressa di volta in volta nel proprio particolare modo di interagire con l'ambiente, di determinare i propri scopi, di regolare il proprio comportamento.

(Enc. Treccani)

Carattere, s. m. dal lat. *character -ëris*, gr. *χαρακτήρ -ῆρος*, propr. «impronta»

Il complesso delle doti individuali e delle disposizioni psichiche che distinguono una personalità umana dall'altra, e che si manifesta soprattutto nel comportamento sociale, nella disposizione affettiva dominante, nell'umore abituale.

(Enc. Treccani)

Personalità V Carattere

L'ambiente fisico condiziona lo sviluppo della personalità in quanto pone delle richieste di adattamento che possono essere soddisfatte solo attraverso delle modificazioni progressive e in parte stabili del corpo e del comportamento degli individui.

La famiglia ha funzione educativa principale nell'essere una “officina di produzione di personalità umane”, caratterizzate dal controllo dei comportamenti emotivi ed istintuali dell'interiorizzazione dei valori della propria cultura.

Le prime interazioni sociali provvedono a incanalare in determinate forme socialmente approvate l'espressione degli istinti, i tempi e i modi in cui i neonati soddisfano i bisogni.

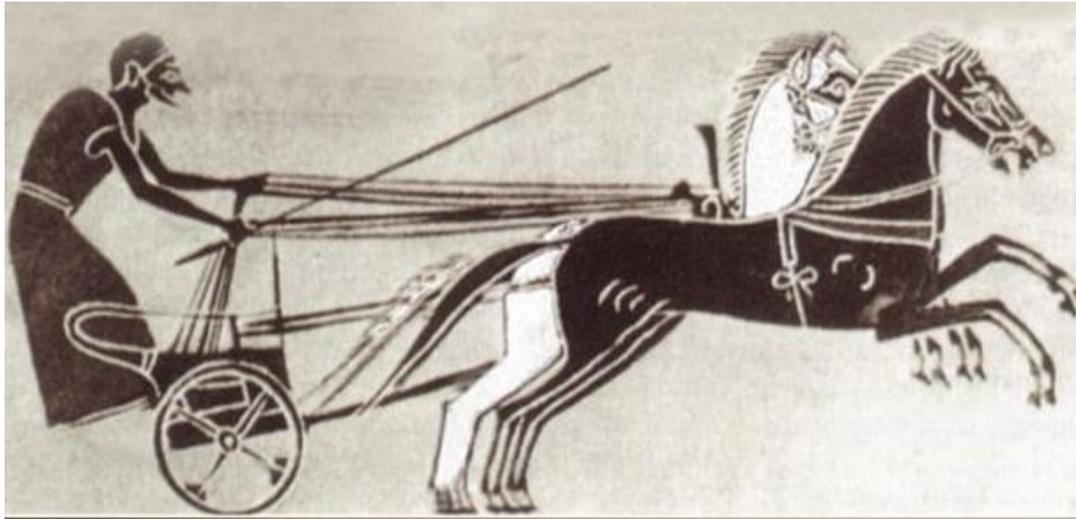
Le 3 macro-categorie di personalità:

ISTINTO

EMOZIONE

RAZIONALITA'

La gestione delle passioni



Il mito del carro e dell'auriga, o della biga alata, tratto dal Fedro di Platone



Canto di Ulisse

*«Considerate la vostra semenza:
fatti non foste a viver come bruti,
ma per seguir virtute e canoscenza»*

(Inferno, verso 119, canto XXVI)

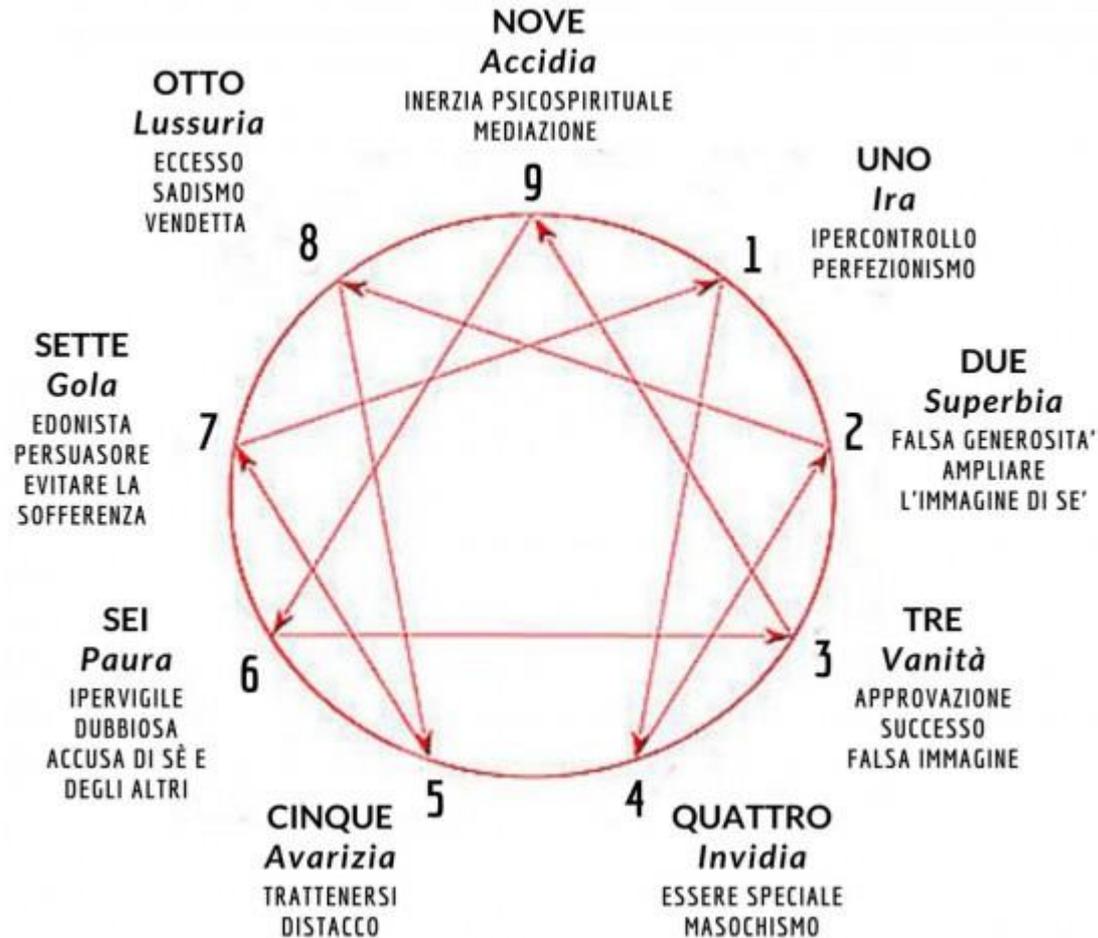
Psicologia degli Enneatipi

L'Enneagramma dei tipi psicologici è una "mappa" che descrive nove tipi di personalità - al di là di tutte le possibili differenze individuali - e i rapporti tra loro, e che consente di individuare le tendenze principali di carattere, visioni del mondo e attitudini, nonché le più probabili ipotesi evolutive, permettendo di accrescere le proprie possibilità di auto-comprensione e di trasformazione interiore, con i propri punti di forza e le proprie aree di miglioramento.



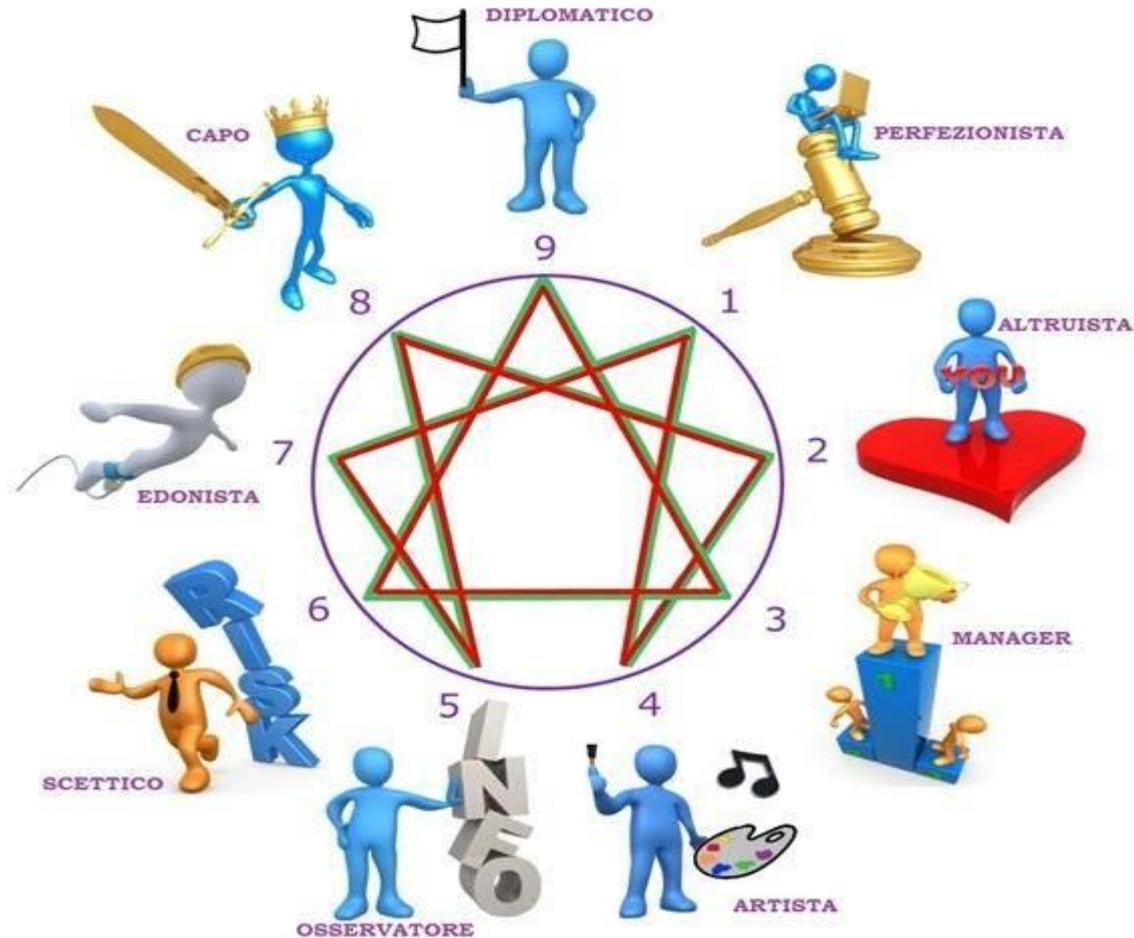
Psicologia degli Enneatipi

Enneagramma dei tipi psicologici:



Psicologia degli Enneatipi

Enneagramma dei tipi psicologici:



Psicologia degli Enneatipi

UNO: *Ira - Perfezionismo*

Indicato anche come Riformatore, Critico, Perfezionista, caratterizzato dalla passione *ira* e dalla fissazione *perfezionismo*, si pone come valore quello di fare tutto bene e comportarsi secondo le regole, cercando di essere sempre perfetto in ciò che fa e nella relazione con il mondo. Critico verso se stesso e gli altri, idealista, si sente eticamente superiore. Sicuro che esista un modo giusto di agire, fa grande uso delle locuzioni “si deve” e “bisogna”. È un carattere rigido, schematico, che può essere paragonato al tipo rigido/ossessivo di Alexander Lowen.

Pur essendo caratterizzato dall'ira, ha nell'incapacità di riconoscerla in sé un tratto fondamentale: fa fatica a vedere il profondo risentimento che cova dentro di sé rispetto alle cose che non sono fatte bene, o al comportamento proprio o altrui che non è perfetto come dovrebbe. Non vede l'ira che lo muove e anela a una perfezione sempre irraggiungibile, vivendo internamente un continuo fermento che lo fa essere di volta in volta duro e severo con se stesso o con gli altri, fino a un'estrema intolleranza.

Psicologia degli Enneatipi

DUE: *Superbia - Sovrabbondanza*

Indicato anche come Aiutante, Generoso, Donatore, è caratterizzato dalla passione *superbia* e dalla fissazione *falsa generosità*. Un tipo di personalità che si manifesta in un continuo bisogno di dare, che sottende però un profondo bisogno di ricevere, per lo più non visto e non riconosciuto. Convinto di non avere bisogno, il Due si sente anzi votato a soddisfare i bisogni dell'altro.

Ma la propria capacità di dare, di essere un "donatore", si rivela una "falsa" generosità, proprio perché sottende una inesaudibile richiesta di amore, affetto, approvazione, riconoscimento. Cercando di rendersi indispensabile all'altro, il tipo Due è in realtà estremamente richiedente: è il carattere in cui si manifesta maggiormente l'oralità descritta da Alexander Lowen. Ma all'inizio è difficile, per le persone che si avvicinano per la prima volta a questa mappa, vedere il proprio bisogno e la propria insaziabile richiesta, mascherata com'è dalla generosità, dall'empatia, dalla continua disponibilità a essere per l'altro. "Umiltà" è la virtù cui deve tendere l'orgoglioso, uscendo dalla prigione dell'aspettarsi sempre un ritorno per le proprie azioni; la generosità vera, e non falsa, può così manifestarsi permettendo al Due di espandersi e aprirsi agli altri nel dare il meglio di sé, non creando dipendenze ma favorendo piuttosto una relazione di vero scambio e dono reciproco.

Psicologia degli Enneatipi

TRE: *Vanità - Autoinganno*

Indicato anche come Manager, Organizzatore, Esecutore, caratterizzato dalla passione *vanità* e dalla fissazione *inganno*, vuole essere riconosciuto e amato attraverso i fatti e i risultati raggiunti. È una persona legata al successo, molto portata all'azione, focalizzata al raggiungimento degli obiettivi: un tipo di personalità che possiamo trovare per esempio fra chi svolge attività legate al marketing, all'economia, al mondo imprenditoriale, ma anche nella moda e nello spettacolo. Sono persone che hanno molto bisogno di essere riconosciute come brave, capaci e abili (mentre il Due è più legato al riconoscimento della sua bontà, generosità, del suo "essere per gli altri"). Per una certa tendenza perfezionistica il Tre può talvolta assomigliare all'Uno, ma è più attento alla forma, si cura molto più del proprio aspetto, e tende a esibire la propria passione, la vanità, anche nei confronti del mondo esteriore.

Maestro dell'apparenza, può apparire più produttivo di quanto sia in realtà; fortemente competitivo, è ossessionato dalla propria immagine di vincitore.

Psicologia degli Enneatipi

QUATTRO: *Invidia - Pseudomancanza*

Indicato anche come Romantico-Tragico, Individualista, Artista, caratterizzato dalla passione *invidia* e dalla fissazione *auto frustrazione*, è un tipo di personalità che può essere molto auto svalutante, pur sentendosi speciale: speciale soprattutto nella sofferenza e nella sensibilità, di cui si sente un campione. Temperamento artistico, malinconico, romantico, tragico, è attratto da ciò che è irraggiungibile: il suo ideale non è mai qui e ora e ha un forte senso della teatralità.

Tende a paragonarsi con il resto del mondo: vive la propria situazione di perenne mancanza e si blocca sull'assenza e sulla perdita, rispetto a quello che gli altri hanno; spesso non riconosce la propria invidia, sia rispetto ai propri vissuti, sia rispetto alle circostanze del proprio essere nel mondo.

Psicologia degli Enneatipi

CINQUE: *Avarizia - Isolamento*

Indicato anche come Osservatore, Pensatore, Investigatore, caratterizzato dalla passione *avarizia* e dalla fissazione *distacco*, è un tipo di personalità che manifesta un forte ritiro rispetto al mondo; corrisponde, nella nomenclatura di Lowen, al tipo schizoide; molto intellettuale, ha grande difficoltà a entrare in contatto con le proprie emozioni, a stare nel corpo, a essere in intimità con gli altri.

Avaro soprattutto di sé, mantiene una distanza emotiva per proteggere il proprio privato, tende a non farsi coinvolgere, a osservare la vita dall'esterno. La sua difesa si basa sul fare a meno: degli altri e delle cose. Distaccato dai sentimenti, si sente prosciugato dai bisogni.

Psicologia degli Enneatipi

SEI: *Paura - Dubbio*

Indicato anche come Scettico-Leale, Avvocato del Diavolo, Difensore, caratterizzato dalla passione *viltà* e dalla fissazione *accusa*, è un tipo di personalità fortemente connotato dall'ansia, dall'insicurezza, dalla sensazione di pericolo che deriva dallo stare nel mondo, in relazione con gli altri.

Roso dal dubbio e procrastinatore, può rimandare una decisione nell'incapacità di scegliere fra due o più possibilità. Timoroso nella vita quotidiana, ha paura di agire perché esporsi significa poter essere attaccati e tende a proiettare la propria paura sugli altri attribuendo loro cattive intenzioni. Normativo per difesa, a volte sposa le cause perse, e può essere capace di grande lealtà e fedeltà.

Psicologia degli Enneatipi

SETTE: *Gola - Autoindulgenza*

Indicato anche come Entusiasta, Edonista, Epicureo, caratterizzato dalla passione *gola* e dalla fissazione *fraudolenza*, è molto legato al bisogno di procurarsi piacere; è un tipo fondamentalmente estroverso, affabulatore, e può essere di grande compagnia. Ha una forma di oralità che, a differenza di quella del Due, si esprime andando a cercare esperienze piacevoli ed evitando noia, tristezza e dolore.

Eterno fanciullo, si accosta alla vita in modo edonistico, avventuroso, epicureo. Restio a impegnarsi, tende a mantenere aperte tutte le possibilità, a iniziare le cose senza finirle, a distrarsi facilmente. Può essere seduttivo e manipolativo, ed è portato a pianificare e a inventare strategie, il che lo porta a essere poco nel presente, a rimanere in superficie, a calarsi difficilmente nelle esperienze, facendo fatica a stare e ad approfondire.

Psicologia degli Enneatipi

OTTO: *Lussuria - Vendicatività*

Indicato anche come Leader, Protettore, Capo, caratterizzato dalla passione *lussuria* e dalla fissazione *vendicatività*, vive la vita con intensità: la lussuria non è legata necessariamente alla sessualità, ma indica il bisogno di esperienze forti, che lo facciano sentire vitale; la sua passione per l'eccesso si manifesta in tutte le esperienze e ambiti della vita. È l'enneatipo più aggressivo e prepotente: combattivo, pieno di energia, ama la lotta e va all'attacco per sé e per gli altri. Disprezza la debolezza, può essere molto protettivo ma tende ad avere sempre il controllo della situazione: è il capo per antonomasia, che si fa carico dei problemi, ma pretende ubbidienza e lealtà.

Manifesta facilmente la propria rabbia, anche con violenza; può avere tendenze sadiche o antisociali, ed è facilmente assimilabile al carattere psicopatico di Lowen.

Psicologia degli Enneatipi

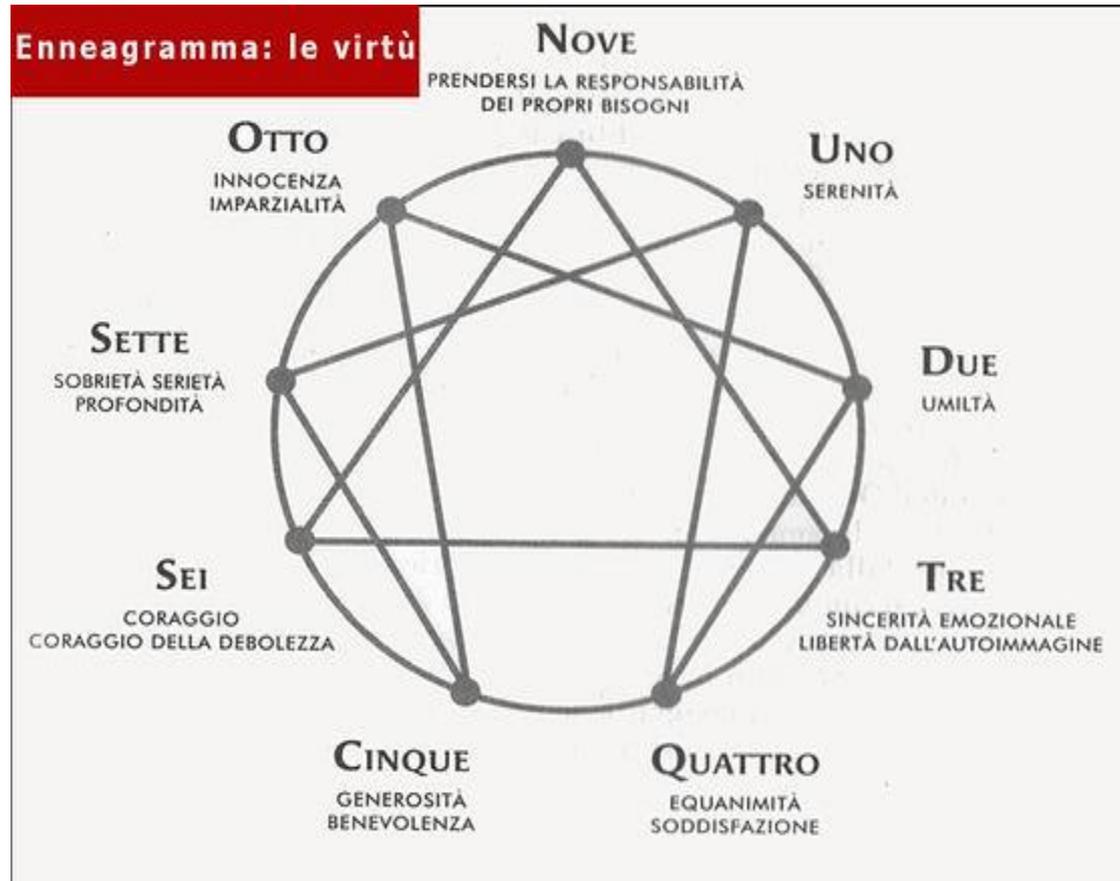
NOVE: *Accidia - Iperadattamento*

indicato anche come Mediatore, Pacificatore, Conservatore, caratterizzato dalla passione *accidia* e dalla fissazione *dimenticanza di sé*, è un tipo che tende a essere pigro, a volte inerte, soprattutto sul piano esistenziale e intellettuale. Spesso consenziente, accomodante e arrendevole, ha difficoltà a dire di no, a mettersi in gioco, a prendere posizione; da buon mediatore fa di tutto per evitare il conflitto e per conciliare e considerare sempre tutti i punti di vista. Fa molta fatica a centrarsi su di sé e a riconoscere i propri bisogni ed è più proteso a sentire i bisogni degli altri dimenticandosi di sé; presenta forti similitudini con il carattere masochista di Lowen.

Tende a narcotizzarsi soprattutto con il cibo, sviluppando dipendenze alimentari o di altro tipo; tende ad astrarsi, a procrastinare, antepoendo ai veri obiettivi delle attività secondarie; è pigro nell'affrontare l'esistenza e investire energie rispetto ai propri obiettivi.

Psicologia degli Enneatipi

Enneagramma dei tipi psicologici:



Psicologia degli Enneatipi

Uno: Serenità

La virtù della serenità si contrappone al risentimento covato e diventa una modalità di stare nel mondo con apertura e tolleranza, accogliendo il valore dell'altro; l'accettazione dei propri e altrui limiti si accompagna alla capacità di stare nell'imperfezione dell'umano, nel qui e ora, con piena disponibilità verso il relativo dell'esistenza, sempre mutevole e imprevedibile.

Due: Umiltà

E' la virtù cui deve tendere l'orgoglioso, uscendo dalla prigione dell'aspettarsi sempre un ritorno per le proprie azioni; la generosità vera, e non falsa, può così manifestarsi permettendo al Due di espandersi e aprirsi agli altri nel dare il meglio di sé, non creando dipendenze ma favorendo piuttosto una relazione di vero scambio e dono reciproco.

Tre: Sincerità

La virtù della sincerità si contrappone alla maschera del vanitoso, per permettergli di essere vero, spontaneo, diretto, non più dipendente dal bisogno di piacere; e va di pari passo con la verità come valore da perseguire, per realizzare rapporti sani e paritari, non basati su potere e manipolazione, capaci di nutrire il bambino interiore desideroso di amore

Psicologia degli Enneatipi

Quattro: Equanimità

Equanimità è la virtù che permette all'invidioso di uscire dalla trappola del continuo confronto, rilassandosi in una posizione equilibrata in cui godere di quel che c'è, nel qui e ora; e la valorizzazione è l'atteggiamento cognitivo che accompagna il rilassarsi nel presente, accettando l'esistenza propria e altrui per come è, portando il positivo in primo piano.

Cinque: Non attaccamento

La virtù del non attaccamento è l'obiettivo dell'avarico, che così può permettersi di lasciarsi andare con fiducia al flusso della vita, accogliendo e condividendo le esperienze in un movimento di scambio e dono di sé; e la vicinanza diventa un valore contrapposto al distacco nevrotico, che consente una nuova intimità, profonda e armoniosa, non solo a livello intellettuale ma anche emotivo e fisico.

Sei: Coraggio

La virtù del coraggio si contrappone alla viltà e diventa l'elemento centrale della riscoperta di sé e degli altri come fonte di sostegno reale e non protezione infantile e nevrotica; l'affidamento contrasta la diffidenza e la tendenza a proiettare minacce all'esterno, fondandosi su un radicamento e una presenza non fantasticati ma reali.

Psicologia degli Enneatipi

Sette: Sobrietà

La virtù della sobrietà è la capacità di godere della vita e dei suoi piaceri senza eccessi nevrotici, portando presenza e centratura nelle proprie esperienze; la serietà si contrappone alla superficialità, permettendo di creare rapporti personali affidabili e duraturi, sostanziali e profondi.

Otto: Vulnerabilità

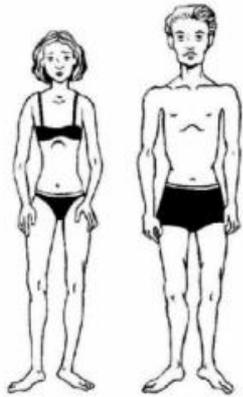
La virtù cui deve tendere il lussurioso per uscire dalla trappola dell'intensità e dell'eccesso e dal mito della forza è la vulnerabilità, vedendola non come debolezza ma come possibilità di esporsi con il cuore agli altri; l'innocenza è la capacità di non fare danno, fermarsi nel proprio impeto e rispettare l'altro accogliendo la diversità e lasciando andare il controllo.

Nove: Amore di sé

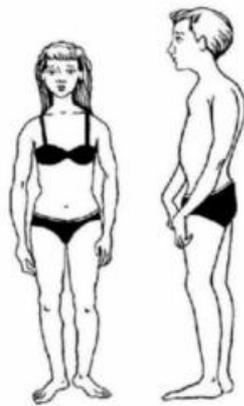
La giusta azione è la virtù che, sostenuta da una volontà forte e determinata, consente all'accidioso di mettersi in gioco e prendere posizione nella vita, assumendosi responsabilità e dando sostegno a sé e agli altri, con energia e coraggio; l'amore di sé si contrappone alla tendenza all'oblio, affermando il valore assoluto dell'amore, che non può che partire da sé per diventare anche vero amore per l'altro e permettere di raggiungere la desiderata armonia nei rapporti.

Bioenergetica

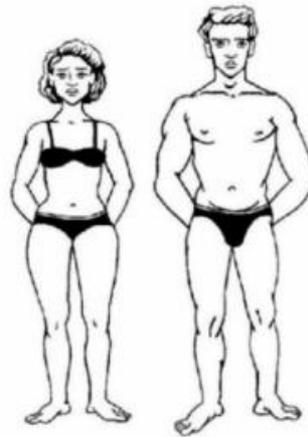
I 5 caratteri bioenergetici:



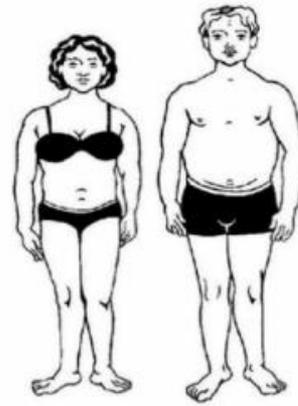
SCHIZOIDE



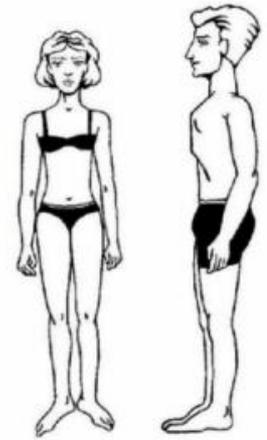
ORALE



PSICOPATICO



MASOCHISTA



RIGIDO

Concludendo

I mondi emotivi e relazionali sono dimensioni analogiche e approssimative e non possono essere compresi se non attraverso l'esperienza.

I concetti, gli strumenti e le mappe inserite in questa presentazione appartengono ad una dimensione logica, caratterizzata dai significati e non dai sensi, pertanto possono esclusivamente orientarci in questi mondi.

Una mappa non è il territorio in cui ci muoviamo e un essere umano non può essere analizzato per parti, tanto meno se in relazione con l'altro.

Vi auguro quindi di iniziare a esplorare e sperimentare questi mondi complessi e affascinanti, con qualche nuovo strumento da aggiungere alla vostra cassetta degli attrezzi e un po' di consapevolezza in più.

GRÀZIE