TOMIND

Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

Enneagramma
Un itinerario alla scoperta di sé
Triade del pensiero

Laura Andriotto

26/09/2026

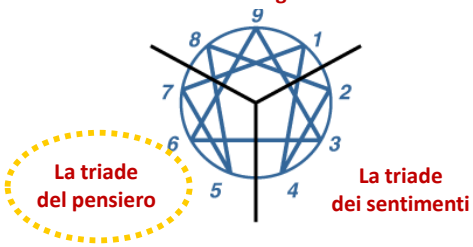
© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.

ENNEAGRAMMA

Un itinerario alla scoperta di sé

Le Triadi

La triade degli istinti



La triade del pensiero

La triade dei sentimenti

Testa



Persone con una spiccata ***razionalità***

Temi chiave: riflessione, pensiero, analisi, sintesi, visione globale, consapevolezza, osservazione, decisione, pianificazione.

5-6-7: sono i tipi di testa

Questo è il gruppo intellettuale, per sopravvivere usano la razionalità.

Gli uomini di testa in ogni situazione per prima cosa fanno un passo indietro per riflettere.

Testa

Vengono guidati dal sistema nervoso centrale e il loro centro sono gli occhi.

In una nuova situazione per prima cosa vogliono orientarsi.

Si chiedono: «Dove sono?»

Vedono la vita come un enigma, un mistero.

Hanno il senso dell'ordine e del dovere.

Il loro atteggiamento è di solito impassibile e concreto.

Testa

Sembrano avere poche esigenze e sanno lasciare spazio agli altri.

All'esterno risultano spesso chiari, convinti e capaci.

Interiormente però si sentono spesso isolati, confusi e privi di senso.

Gli uomini e le donne "di testa" devono passare dal pensare al fare, e dall'isolamento alla comunità.

Il loro compito consiste nel trasformare i loro dubbi e parziali verità, in Fede.

Centro del Pensiero - Mente

Prediligono l'aspetto razionale – hanno perplessità nell'agire, sono molto riflessivi

TEMA: PAURA – Insicurezza profonda rispetto all'agire e al sentire istintuale

5 → Sottomessi alla paura
Ferita: Limitazione

6 → Gestiscono la Paura attraverso comportamenti prudenti
Ferita: Ordini Contraddittori o negativi

7 → Negano la paura attraverso prospettive mentali che evidenziano solo i lati positivi
Ferita: Allegria forzata

Per la crescita personale è necessario lavorare sulla propria FERITA ORIGINARIA
Si tratta del vissuto quotidiano del bambino che si struttura in percorsi neuronali in risposta ad esperienze ripetute con l'obiettivo di ottenere l' AMORE

Enneatipo 5 - EREMITA

Dall' Avarizia

Alla Generosità



Enneatipi 5 da Bambini



I tipi 5 si sono identificati in modo ambivalente con entrambe le figure genitoriali. Questo perché non si fidavano dei propri genitori, che spesso percepivano minacciosi o invadenti, poiché sovente s'intromettevano in ciò che consideravano privato e personale.

I bambini 5 spesso hanno avuto Madri manipolative, assillanti, iperprotettive e possessive.

Già in giovane età, infatti, i 5 hanno creduto che fosse possibile sentirsi al sicuro in un mondo invadente solo rifugiandosi nella propria mente, prendendo le opportune distanze da sensazioni ed emozioni.

Enneatipi 5 da Bambini



Non sanno esternare la propria interiorità. Amano rintanarsi per vivere inosservati e per poter arricchire la propria conoscenza, nel disperato tentativo di compensare il vuoto abissale in cui cadono.

Allontanano l'attenzione dai loro bisogni personali ed emozionali.

I giovani 5 passano lunghi periodi da soli.

Sono bambini quieti che non si adattano a giocare con gli altri.

I 5 spesso riferiscono che da bambini non si sentivano al sicuro nelle loro famiglie ma si sentivano in pericolo di essere distrutti dai loro genitori, e così cominciarono a cercare un modo che li facesse sentire sicuri.

Enneatipi 5 da Bambini



Ritengono che per arrivare a un giudizio corretto sia indispensabile affrontare da soli la fase di studio e di ricerca.

Il loro forte desiderio di riempire il vuoto interiore con l'acquisizione di nuove conoscenze è spesso il risultato di un'infanzia trascorsa in solitudine o senza l'attenzione dei genitori, in particolar modo senza grandi contatti con la madre.

Hanno imparato ad affrontare il senso di solitudine rifugiandosi nel proprio mondo, dove hanno immagazzinato tutte le informazioni acquisite. Cercano le opportunità d'isolarsi dagli altri per capire le cose da soli. Si isolano per avere nuove conoscenze che li facciano sentire realizzati.

Enneatipi 5 da Adulti



«Tieni gli altri lontani, cerca di cavartela da solo»

I tipi 5 sentono una compulsione a evitare il vuoto.

Per riempire questo loro vuoto interiore, si isolano dagli altri fisicamente e mentalmente per pensare e cercare di dare un senso alla realtà.

Sembrano sapere più di quanto dicono.

In ogni caso diranno solo in parte ciò che sanno: dire tutto li lascerebbe infatti con una sensazione di vuoto. Senza la verità interiore di giudizio si sentirebbero ignoranti.

Desiderano partecipare alla vita sociale ma, allo stesso tempo, non sono disposti a rinunciare alla propria riservatezza.

Enneatipi 5 da Adulti

Hanno paura di farsi coinvolgere dagli altri poiché ciò potrebbe significare la rinuncia al tempo prezioso per rimanere soli.

Accumulano e conservano gelosamente le loro fonti di conoscenza. Sono capaci di provare sentimenti profondi, ma non credono che essi siano così importanti quanto le loro conoscenze.

Fanno di tutto per farsi capire dagli altri quando devono esprimersi e tentano di riassumere argomenti complessi in un linguaggio conciso.

Sono degli ascoltatori particolarmente percettivi.

Cammino evolutivo

I 5 si realizzano imparando dalle loro energie istintive corporee nel modo degli 8 sani.

I 5 integrati crescono allontanandosi dalle loro menti e diventando più profondamente collegati con la loro vitalità e fisicità.

Soltanto rimanendo collegati al corpo possono sentire il supporto interiore in modo da processare i sentimenti per lungo tempo soppressi. Così essi imparano a stare con le loro energie istintive, cominciano a partecipare più completamente al loro mondo e applicano le loro conoscenze e le loro capacità a problemi pratici immediati.

Essi diventano veri visionari, potenzialmente portando cambiamenti rivoluzionari al loro campo di esperienza.

Cammino evolutivo

Si sentono soli al mondo, quindi vivono in funzione dell'imminente possesso, illudendosi di liberarsi del vuoto interiore attraverso l'unione con l'oggetto desiderato: beni materiali, cultura, affetti e quant'altro.

I 5 per evolvere dovrebbero comprendere che cercare all'esterno ciò che crediamo possa darci la pace interiore è la causa di tutti i problemi.

Questa nuova visione, libera i 5 dalla trappola della conoscenza rendendoli saggi … e fa sì che l'attaccamento al tempo ed alla privacy necessari ad accumulare ricchezze intellettuali, venga via via sostituito dalla virtù del distacco e della generosità.

Cammino evolutivo

Tipo CINQUE	
	condizione sana
Comprensione	Pioniere lungimirante
Coinvolgimento	Osservatore percettivo
Perizia	Esperto competente
	condizione media
Analisi	Specialista analitico
Pensosità	Teorico profondamente assorto
Riduzionismo	Dissacratore
	condizione non sana
Rifiuto	Isolato da emozioni e credenze
Distorsione	Paranoico
Turbe mentali	Dissociazioni frequenti

Un esempio di Enneatipo 5

Film: I due Papi

Enneatipo 6 - Lo Scettico

Dalla Paura

Al Coraggio



Enneatipi 6 da Bambini

Sono cresciuti con l'idea che tutte le questioni debbano essere risolte da un'autorità esterna e che essi debbano limitarsi a ubbidire a tutto ciò che è dettato dalla legge. La scuola è significativa perché impone di adeguarsi alle richieste e ai consigli degli insegnanti.

Hanno percepito una mancanza d'affetto da parte dei genitori, si riscontra sovente un vissuto in cui il legame del bambino nei confronti del padre era fortissimo.

Hanno vissuto il dubbio dell'approvazione da parte dei genitori e questo ha determinato la perdita del senso di sicurezza e fiducia nel prossimo.

Enneatipi 6 da Bambini

E' stato impedito loro di sviluppare una profonda fiducia in sé stessi, per cui i bambini reagivano nei seguenti modi:

1) cercare qualcuno che li difendesse e nel quale riporre fiducia, questa mancanza di fiducia, in età adulta sarà sostituita da una religione, un gruppo o un leader che sappia offrire sicurezza.

2) prevenire il pericolo incombente con aggressività; imparano a reagire alla paura e a difendersi prima di essere schiacciati, da adulti adotteranno spesso un atteggiamento arrogante e violento, sempre pronto alla critica ed al litigio.

Enneatipi 6 da Bambini



I 6, da piccoli, hanno perduto fiducia nell'autorità, ed è questo l'elemento chiave del loro sviluppo. Da bambini necessitiamo di un'autorità stabile e credibile perché da questo deriva sicurezza.

L'autorità definisce ciò che deve o non deve essere e come gli altri devono essere. I bambini 6 sentendo la mancanza di tale autorità, da adulti la ricercheranno all'esterno.

Enneatipi 6 da Adulti



«Devi imparare a vincere la paura vigilando, seguendo fedelmente il gruppo e le sue regole, e un capo di cui ti fidi»

I tipi 6 sentono che la vita chiede loro molto. Ciò è il risultato di quello che gli altri si aspettano da loro. Vivono quindi sempre in grande apprensione e con molte paure.

Per ottenere ciò fanno appello alle regole e ai documenti delle istituzioni. Senza tale autorità o legittimazione manca loro la fiducia in se stessi per prendere decisioni.

Hanno paura dei cambiamenti. Vorrebbero non prendere la vita così seriamente ma non ci riescono a causa della loro compulsione a essere responsabili.

Enneatipi 6 da Adulti



Dicono: "Stiamo andando troppo lontano, ciò è trasgressivo".

Stanno molto attenti a non trasgredire norme e regole del gruppo.

Considerano sbagliata qualsiasi devianza e non esitano a dire chi e cosa è deviante.

Sono disposti a lavorare molto, ma hanno bisogno di direttive. E' molto importante non prendere la decisione sbagliata, perciò sono molto cauti. Il problema più grande per i tipi 6 è l'insicurezza.

Enneatipi 6 da Adulti



Spesso hanno semplicemente paura dell'ignoto, dell'imprevedibile futuro; si sentono molto più tranquilli nel fare le cose con i metodi sperimentati e sicuri del passato che non con nuovi metodi.

Possono essere adatti a una posizione esecutiva o di comando poiché possiedono un forte senso di responsabilità verso il gruppo. Per agire bene in tale posizione necessitano però di linee direttrici chiare ed inequivocabili.

I tipi 6 cercano di essere degli impiegati puntuali e di solito non hanno problemi a fare straordinari.

Cammino evolutivo

I 6 raggiungono la loro trasformazione confrontandosi con la loro paura basica di essere senza supporto e guida.

Strade efficaci per migliorarsi possono essere:

- la riscoperta della pacificazione con l'ambiente esterno, che incontra nel 9 sano (il 9 cerca di stare in pace con tutti);
- svolgere attività gratificanti, tipiche virtù del 3 sano, che rappresentano la messa in pratica dei valori riscoperti a coronamento della propria vita (il 3 sano osa versa la propria realizzazione).

Per trovare la stabilità che cercano è necessario che sperimentino il "qui e ora".

Cammino evolutivo

Testimonianza di un 6

" Credo di aver riscoperto la mia autorità interiore dopo l'esperienza della mia mastectomia. Incominciai ad essere in grado di innamorarmi della mia famiglia e dei miei amici … Non mi ero mai sentita sicura prima. Che bel dono! Potevo essere la mia propria autorità perché la mia sopravvivenza era in gioco e nessuno veramente sapeva che cosa era meglio per me, eccetto me stessa".

In un cammino di crescita personale, i tipi 6 dovrebbero imparare a rischiare. È questa la strada verso la guarigione: guardare finalmente negli occhi la paura, chiamarla per nome e liberarsi dall'essere continuamente influenzati.

Cammino evolutivo

Tipo SEI	
	condizione sana
Autoaffermazione	Persona che afferma se stessa
Attrattività	Persona accattivante
Cooperazione	Idealista devoto
	condizione media
Obbedienza	Tradizionalista obbediente
Evasività	Persona ambivalente
Difensiva	Compensa con durezza
	condizione non sana
Inferiorità	Persona insicura
Iper reattività	Isterico iper reattivo
Masochismo	Masochista autodifensivo

Un esempio di Enneatipo 6

Film: L'attimo fuggente

Enneatipo 7 - Entusiasta

Dalla Gola

Alla Sobrietà



Enneatipi 7 da Bambini

Probabilmente sono cresciuti in una famiglia felice e calorosa ma poi tutto è venuto meno.

Molti raccontano che quando percepivano l'atmosfera familiare pesante, spostavano la propria attenzione concentrandosi su scenari immaginari.

Ecco perché queste persone, da adulte investono gran parte del proprio tempo pianificando il proprio futuro nel tentativo di procurarsi dei sostituti dell'amore materno e sfuggire, così, alla sofferenza. Spesso hanno rimosso esperienze sgradevoli e difficilmente sono consci d'aver vissuto un'infanzia infelice. Se i tipi 4 e 6 hanno la tendenza a ricordare sempre gli aspetti peggiori, il 7, al contrario, cerca il piacere e ricorda soprattutto i lati positivi.

Dicono di essere cresciuti all'interno di famiglie serene, sfruttando al massimo ogni opportunità per essere felici, come appreso dai propri genitori.

Enneatipi 7 da Adulti

«La paura della noia si vince con la ricerca continua del piacere ed evitando la sofferenza»

I tipi 7 cercano di evitare il dolore, sia fisico sia psicologico; si sentono a disagio con persone e situazioni troppo serie.

Per loro la vita dovrebbe essere divertimento e fanno in modo che lo sia veramente.

Per i tipi 7 il vivere consiste nel fare dei progetti.

Invece di dedicarsi al lavoro e ai dettagli per migliorare i loro piani, fanno ulteriori piani o cercano rifugio nei piaceri.

Enneatipi 7 da Adulti

Il motto di queste persone è: "Di tutto e di più". Ma l'ingordigia dei 7 non si limita ai soli peccati di gola: l'inclinazione ad idolatrare il piacere, infatti, porta questi soggetti verso un permissivismo orientato essenzialmente al soddisfacimento di ogni loro capriccio, desiderio o bisogno.

Dato che hanno bisogno di trovare piacevole tutto ciò che fanno, quando un compito diventa difficile tentano di posticiparlo, anche se di solito portano a termine i progetti in cui sono stati coinvolti.

Cercano di rendere felici gli altri e perfino nei momenti di disperazione sono in grado di vedere il positivo della vita. Sorridono e ridono frequentemente e come dei bambini sono propensi a vedere la bontà in tutto e in tutti.

Cammino evolutivo

I 7 realizzano se stessi e rimangono sani imparando a rallentare e quietare la rapida attività delle loro menti.

I 7 in fase d'integrazione sono in grado di stare con le loro osservazioni ed esperienze abbastanza a lungo per scoprire ogni genere di cose entusiasmanti riguardo se stessi e il mondo attorno a loro.

Trasformare la personalità in essenza

I 7 potrebbero ricordare che la sofferenza che essi temono è già accaduta ed essi sono sopravvissuti. Con il supporto del presente, allora, i 7 sono in grado di stare con il loro dolore abbastanza a lungo per metabolizzarlo.

Cammino evolutivo

La bellezza della vita è infusa completamente nei 7. Da questo punto di vista essenziale, i 7 personificano la qualità della gioia che incorporano e trasmettono agli altri con il loro entusiasmo.

Non più alla ricerca di straordinarie esperienze e distrazioni, essi sono in grado di stare con le loro esperienze abbastanza a lungo per scoprire ogni genere di cose entusiasmanti riguardo se stessi e il mondo attorno a loro. Questo dà loro il controllo che cercano.

Non più a lungo distratti dall'ansietà, i 7 in fase d'integrazione semplicemente sanno cosa fare.

Cammino evolutivo

I 7 possono liberarsi dalla trappola dell'idealizzazione del piacere, per giungere così a sperimentare la sobrietà, la loro virtù.

Devono prima imparare a cooperare con il prossimo, imparando ad ascoltare chi soffre senza il bisogno di cedere all'impulso di fuggire e rifugiarsi in quei paradisi artificiali che tanto li attirano.

Diventando più seri, accoglieranno il dolore come contributo inevitabile alla propria maturazione spirituale e sviluppo personale.

Cammino evolutivo

Tipo SETTE	
	condizione sana
Gratitudine	Apprezzatore in estasi
Entusiasmo	Entusiasta felice ed equilibrato
Produttività	Tuttofare esperto
	condizione media
Avidità	Personaggio di mondo e navigato
Impulsività	Estroverso iperattivo
Immoderatezza	Materialista immodesto
	condizione non sana
Dissipazione	Colui che spreca in modo impulsivo
Coazione	Compulsivo
Isteria	Evitante il dolore

Un esempio di Enneatipo 7

Film:
I Due Papi
L'attimo fuggente



Domande?

Grazie