

Εννεάγραμμα: μια βασική εισαγωγή για ειδικευόμενους ψυχιατρικής

Morgan Alexander, B.S., and Brent Schnipke, M.D.

Μετάφραση κειμένου: Ειρήνη Οκταποδά, Αλέξανδρος ΕΛ Μλάγγι Κοτοπούλης

Το Εννεάγραμμα είναι μια θεωρία προσωπικότητας που περιγράφει εννέα στρατηγικές μέσω των οποίων το ψυχικό όργανο αναπτύσσει κοσμοθεωρία και συσχετισμούς με το ίδιο και τους άλλους. Καθένας από τους εννέα τύπους έχει ένα κύριο φόβο, μια κύρια επιθυμία και ένα προβλέψιμο πρότυπο συμπεριφοράς σε περιόδους άγχους και ασφάλειας, που όλα μαζί προσδιορίζουν τα κίνητρα της υποκείμενης συμπεριφοράς. Το Εννεάγραμμα χρησιμοποιείται από τους ψυχιάτρους από το 1970. Οι συγγραφείς συνοψίζουν την θεωρία του Εννεαγράμματος, κάνουν ανασκόπηση της ιστορίας και της βιβλιογραφίας επικυρώνοντας τη χρήση του και προτείνουν τομείς για την εφαρμογή του στην ψυχιατρική, στους οποίους περιλαμβάνονται η διάγνωση και η ψυχοθεραπεία. Καθώς το Εννεάγραμμα γίνεται όλο και πιο δημοφιλές, οι κλινικοί γιατροί θα επωφεληθούν από τη γνώση αυτού του συστήματος.

Τον προηγούμενο αιώνα, ψυχιάτροι και ψυχολόγοι χρησιμοποίησαν πολλά συστήματα για να περιγράψουν χαρακτηριστικά και τύπους προσωπικότητας. Αυτά διέφεραν σημαντικά στα βασικά τους σημεία, στην αποδοχή που έτυχαν και στην εφαρμογή τους. Το Εννεάγραμμα αποτελεί ένα μοντέλο για την περιγραφή προσωπικότητας με μεγάλη σημασία στην κλινική ψυχιατρική, που η δημοτικότητα και η χρήση του έχουν αυξηθεί τα τελευταία χρόνια. Εξαιτίας της αυξανόμενης χρήσης του στην λαϊκή κουλτούρα, οι ειδικευόμενοι ψυχιάτροι πρέπει να είναι ενήμεροι για το σύστημα αυτό. Αυτό το άρθρο συνοψίζει την θεωρία προσωπικότητας του Εννεαγράμματος, εξετάζει την ιστορία του

και την επιστημονική βιβλιογραφία επικυρώνοντας τη χρήση του, και προτείνει πιθανούς τομείς για την εφαρμογή του, στους οποίους περιλαμβάνονται η διάγνωση και η ψυχοθεραπεία.

Τι είναι το Εννεάγραμμα;

Το Εννεάγραμμα είναι μια θεωρία προσωπικότητας που περιγράφει εννέα διαφορετικές στρατηγικές μέσω των οποίων το ανθρώπινο ψυχικό όργανο αναπτύσσει κοσμοθεωρία και συσχετισμούς με το ίδιο και τους άλλους. Η θεωρία υποστηρίζει ότι στην ενήλικη ζωή, ο καθένας έχει αναπτύξει μια επικρατούσα στρατηγική προσωπικότητας για να αντιμετωπίσει το εξωτερικό περιβάλλον. Καθένας από τους εννέα κύριους τύπους που περιγράφονται στο Εννεάγραμμα, έχει συσχετιστεί με έναν κύριο φόβο, μια κύρια επιθυμία και ένα προβλέψιμο πρότυπο συμπεριφοράς σε περιόδους άγχους και ασφάλειας. Το Εννεάγραμμα χρησιμοποιεί αυτούς τους κύριους φόβους και επιθυμίες για να περιγράψει τα βασικά κίνητρα που υποκινούν σε μεγάλο βαθμό την εκδηλούμενη συμπεριφορά. Παρουσιάζει έτσι ένα εύρος συμπεριφορών για κάθε τύπο προσωπικότητας, και είναι ικανό να παρέχει πολλές γνώσεις για την εσωτερική ψυχολογική κατάσταση του ατόμου.

Η ιστορία του Εννεαγράμματος στην ψυχιατρική

Η ακριβής προέλευση του Εννεαγράμματος είναι δύσκολο να εντοπιστεί, αλλά τα βασικά του στοιχεία εισήχθησαν από τον Oscar Ichazo, ένα φιλόσοφο της Νότιας Αμερικής, στα μέσα του 20ου αιώνα. Το σύστημα υιοθετήθηκε και εισήχθη στις

Ηνωμένες Πολιτείες στις αρχές της δεκαετίας του 1970 από τους ψυχιάτρους Claudio O Naranjo και John Lilly, αφού μαθήτευσαν κοντά στον Ichazo (1). Και οι δύο ψυχιάτροι αναγνώρισαν την αξία του Εννεαγράμματος για την περιγραφή της προσωπικότητας, και τις άμεσες συνδέσεις με τη δική τους εκπαίδευση στην ψυχανάλυση. Ο Naranjo ανέλυσε εκτενώς τις εφαρμογές του Εννεαγράμματος και κυρίως την θεωρία του σύμφωνα με την οποία καθένας από τους εννέα τύπους προσωπικότητας κάτω από συνθήκες πίεσης, αντιστοιχεί σε μια διαταραχή της προσωπικότητας, όπως περιγράφεται από το DSM (2). Από τότε, πολλοί ψυχιάτροι και ψυχολόγοι, έχουν χρησιμοποιήσει το Εννεάγραμμα στις δικές τους θεωρίες για την προσωπικότητα και στην πρακτική της ψυχοθεραπείας. Το σύστημα έχει επίσης χρησιμοποιηθεί από επαγγελματίες ψυχικής υγείας, θρησκευτικές κοινότητες, μεγάλες εταιρικές επιχειρήσεις, εταιρείες και εκπαιδευτές διευθυντικών στελεχών, στην προσπάθεια να βελτιωθεί η κατανόηση του εαυτού τους και των άλλων (η βιβλιογραφία αυτού του άρθρου, περιλαμβάνει σχετικά συνιστώμενα κείμενα). Τα τελευταία χρόνια, η δημοτικότητα της θεωρίας του Εννεαγράμματος, έχει παρουσιάσει άνοδο, με πολλά δημοσιευμένα βιβλία, podcasts, εθνικά συνέδρια και λογαριασμούς κοινωνικών δικτύων να συζητάνε σχετικά με το σύστημα αυτό.

Χρησιμοποιώντας το εννεάγραμμα: Χαρακτηριστικά και χρήσεις

Η θεωρία του εννεαγράμματος υποστηρίζει ότι η προσωπικότητα είναι εκ φύσεως διασυνδεδεμένη και πολυδιάστατη,

Πίνακας 1. Σύνοψη των εννέα τύπων προσωπικότητας του εννεαγράμματος

Τύπος	Περιγραφή	Βασικός φόβος	Βασική επιθυμία
Τύπος 1: Ο τελειομανής	Άτομα με αρχές , ευσυνείδητα , οργανωμένα, υπεύθυνα και αφοσιωμένα. Με ενδιαφέρον για την βελτίωση, την ηθική , αναζητούν την τελειότητα τόσο από τον εαυτό τους όσο και στο περιβάλλον στο οποίο ζουν. Συχνά επικεντρώνονται στις λεπτομέρειες , παρουσιάζονται ως επικριτικοί και αποδοκιμαστικοί . Συνεχής αγώνας με την εσωτερική κριτική φωνή, καταπιεσμένα αισθήματα θυμού, έλλειψη υπομονής και μια αίσθηση του ότι τίποτα δεν είναι αρκετά καλό.	Να μην τα πάνε καλά ή να είναι διεφθαρμένοι.	Να είναι καλοί σε αυτό που κάνουν και να έχουν ηθική ακεραιότητα.
Τύπος 2: Ο βοηθητικός	Άτομα διαισθητικά, με ενσυναίσθηση και επιθυμία να ικανοποιούν τους ανθρώπους. Δίνουν σημασία στις σχέσεις και στο αίσθημα σύνδεσης με άλλους ανθρώπους. Θεωρούνται άτομα ζεστά, συναισθηματικά, αισιόδοξα, καλοί παρηγορητές, επιρρεπείς στην κολακεία ή την χειραγώγηση. Δυσκολεύονται να υποστηρίξουν τις δικές τους ανάγκες και συχνά “δίνουν για να πάρουν”- δουλεύουν για την κάλυψη των αναγκών των άλλων με την ελπίδα ότι οι ανάγκες τους θα ικανοποιηθούν ως αντάλλαγμα.	Να είναι μην είναι άξιοι της αγάπης κάποιου, να είναι ανεπιθύμητοι.	Να νιώθουν ότι τους αγαπούν.
Τύπος 3: Ο Κατακτητής	Άτομα εργατικά , ανταγωνιστικά, προσανατολισμένα στην επιτυχία, με άγχος για την εικόνα που προβάλλουν στους άλλους . Ενδιαφέρονται για την απόδοση τους, την επιβεβαίωση από τους άλλους και τον έπαινο και θέλουν να αισθάνονται πως ξεχωρίζουν. Θεωρούνται άτομα με αυτοπεποίθηση, ενεργητικά, χαρισματικά, επικεντρωμένα στους στόχους τους. Αντιμετωπίζουν δυσκολία με το εύαλωτο του χαρακτήρα τους, και την αυτογνωσία των εσωτερικών τους επιθυμιών.	Να μην είναι χρήσιμοι και σημαντικοί, να απογοητεύουν τους άλλους.	Να νιώθουν αποδοχή και ότι είναι χρήσιμοι .
Τύπος 4: Ο ατομικιστής	Άτομα ευαίσθητα, ντροπαλά , συναισθηματικά ειλικρινή με τον εαυτό τους και τους άλλους, με αυξημένη ικανότητα εσωτερικής ενδοσκόπησης. Δίνουν σημασία στην αυθεντικότητα, είναι ικανά να ανταπεξέλθουν στις ταλαιπωρίες και έχουν τάσεις ατομικισμού και καλλιτεχνικής έκφρασης. Θεωρούνται άτομα ιδιαίτερα, δημιουργικά, αποτραβηγμένα απ’ τον περίγυρο, κυκλοθυμικά ,εγκεντρικά . Αντιμετωπίζουν δυσκολία με την αίσθηση ανεπάρκειας του εαυτού τους ή του κόσμου.	Να μην έχουν προσωπική ταυτότητα και σημασία.	Να νιώθουν ότι έχουν κάποιο νόημα με βάση τις προσωπικές τους εμπειρίες και σκέψεις.
Τύπος 5: Ο ερευνητής	Άτομα διανοητικά ισχυρά, ευαίσθητα, ανεξάρτητα και συναισθηματικά συγκρατημένα. Δίνουν σημασία στην ιδιωτικότητα , τη γνώση, τη διορατικότητα και το στοχασμό. Θεωρούνται άτομα παρατηρητικά, ειδικά στον τομέα τους, αναλυτικά, εκκεντρικά και αφοσιωμένα στην ομάδα τους. Αντιμετωπίζουν θέματα με την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη συναισθηματική έκφραση, διακατέχονται από τάση απομόνωσης.	Να μην είναι χρήσιμοι, να είναι αβοήθητοι ή ανίκανοι	Να είναι ικανοί και επαρκείς.
Τύπος 6: Ο πιστός , αφοσιωμένος	Άτομα πιστά, αξιόπιστα, αφοσιωμένα, με έντονη επιθυμία να νιώθουν ασφαλή . Ενδιαφέρονται για τους σαφώς καθορισμένους ρόλους και την ιεραρχία, την συμμαχία μεταξύ πεποιθήσεων και ομάδων. Θεωρούνται άτομα υπεύθυνα, προστατευτικά, ανήσυχα, καχύποπτα. Αντιμετωπίζουν θέμα με τον φόβο, την παράνοια και την σκέψη των χειρότερων σεναρίων .	Να μην είναι ασφαλείς και να μην έχουν υποστήριξη.	Να νιώθουν ασφάλεια και να έχουν υποστήριξη.
Τύπος 7: Ο ενθουσιώδης	Άτομα ενθουσιώδη, που αναζητούν περιπέτειες, αισιόδοξα. Ενδιαφέρονται για την ελευθερία, τον ενθουσιασμό και τον αυθορμητισμό. Θεωρούνται άτομα ενεργητικά, εξωστρεφή, και χαρακτηρίζονται ως η «ψυχή του πάρτι». Αντιμετωπίζουν προβλήματα με την παρορμητικότητα, την δέσμευση, την υπερεκτίμηση του εαυτού τους .	Να βιώνουν πόνο και να είναι περιορισμένοι.	Να είναι χαρούμενοι και ικανοποιημένοι.
Τύπος 8: Ο επαναστατικός	Άτομα πρόθυμα, σκληρά και ανεξάρτητα. Δίνουν σημασία στην δυναμική της εξουσίας, επιθυμούν να έχουν τον έλεγχο και απολαμβάνουν την δικαιοσύνη. Θεωρούνται ηγέτες , άτομα εργατικά, αποφασιστικά, ικανά να αντέξουν τις συγκρούσεις. Αντιμετωπίζουν προβλήματα θυμού , φόβου, ευαλωτότητας και επιθετικότητας.	Να πληγωθούν ή να χειραγωγηθούν	Να έχουν τον έλεγχο και να μπορούν να προστατέψουν τον εαυτό τους και τους άλλους
Τύπος 9: Ο ειρηνοποιός	Άτομα ανοιχτόμυαλα, ειρηνικά, που αποφεύγουν τις συγκρούσεις. Δίνουν σημασία στην αρμονία, την άνεση και τα όρια. Θεωρούνται άτομα ευχάριστα, χαλαρά, εξαρτημένα, αυτάρεσκα. Αντιμετωπίζουν δυσκολία στο να εκφράζουν την άποψη τους και να βρουν νόημα ,με αποτέλεσμα να έχουν παθητικά επιθετική συμπεριφορά ή να αποφεύγουν καταστάσεις.	Να νιώθουν αποκομμένοι και χαμένοι	Να έχουν γαλήνη και σταθερότητα στον εσωτερικό και εξωτερικό τους κόσμο.

χαρακτηριστικά τα οποία αποδίδονται μέσω της δομής 9 σημείων η οποία και αποτελεί το σύμβολο του συστήματος. Με βάση αυτό θεωρείται ότι το κάθε άτομο τείνει να κατατάσσεται σε έναν από τους εννέα βασικούς τύπους προσωπικότητας, ο οποίος δεν αλλάζει με την πάροδο του χρόνου. Ωστόσο, τα άτομα θα εκδηλώσουν αναπόφευκτα κάποια στιγμή χαρακτηριστικά που σχετίζονται και με τους εννέα τύπους προσωπικότητας

(Πίνακας 1). Ο αυτοπροσδιορισμός, αφού κανείς έχει μάθει για το εννεάγραμμα, θεωρείται πως είναι η καλύτερη μέθοδος για τον προσδιορισμό του εκάστοτε τύπου προσωπικότητας ενός ατόμου. Ταυτόχρονα, υπάρχουν διαθέσιμες πολλές δοκιμασίες οι οποίες μπορούν διευκολύνουν την διαδικασία, όπως για παράδειγμα το RHETI (Riso-Hudson Enneagram Type Indicator) (1).

Οι τύποι δεξιά και αριστερά του κάθε αριθμημένου τύπου προσωπικότητας έχουν την δυνατότητα να επηρεάσουν σημαντικά τον κεντρικό τύπο. Οι γειτονικοί αυτοί αριθμοί ονομάζονται «φτερά» (wings) και παραδοσιακά συμβολίζονται με το αγγλικό γράμμα w(λ.χ. τύπος 4 με φτερό(wing) 5 αναγράφεται ως 4w5). Γενικά τα άτομα επηρεάζονται περισσότερο από το ένα φτερό παρά από το άλλο, ενώ δεν είναι απίθανο να αναδυθούν χαρακτηριστικά και από τα δύο φτερά ως ανταπόκριση σε διαφορετικές καταστάσεις και περιβάλλοντα. Παρόλο που το φτερό «wing» κάποιου μπορεί να καθορίσει πολλές πτυχές της προσωπικότητας του, ο βασικός τύπος είναι αυτός που περιγράφει τα κίνητρα της συμπεριφοράς του (3). Για παράδειγμα ένα άτομο με τύπο προσωπικότητας 9w1 είναι πιο πιθανό να επιδιώξει την αρμονία και την γαλήνη, παρόμοια με ένα άτομο με τύπο 1 προσωπικότητα, ιδίως αυτοί οι στόχοι σχετίζονται με την ηθική και μπορεί να αντικατοπτρίζουν μια ιδιαίτερα αναπτυγμένη αίσθηση του σωστού και του λάθους. Αντίθετα, ένα άτομο με 9w8 τύπο προσωπικότητας είναι πιο πιθανό να επιδιώξει την αρμονία και την γαλήνη με μια υποβόσκουσα επιθυμία για εξουσία ώστε να του επιτραπεί να έχει τον έλεγχο, παρόμοια με ένα άτομο τύπου προσωπικότητας 8 (Σχέδιο 1).

Κάθε τύπος προσωπικότητας του εννεαγραμματος εμφανίζει ορισμένα προβλήματα χαρακτηριστικά άλλων τύπων προσωπικότητας σε καταστάσεις άγχους ή ασφάλειας. Οι κατευθύνσεις του άγχους έναντι της ασφάλειας για τον κάθε τύπο προσωπικότητας συμβολίζονται με τις γραμμές που συνδέουν τους διάφορους τύπους. Παραδείγματος χάριν ένα άτομο με τύπου 2 προσωπικότητα

(διαισθητικός, με ενσυναίσθηση και με θέληση να ευχαριστεί τους ανθρώπους)

εμφανίζει χαρακτηριστικά ατόμου με τύπο προσωπικότητας 8 όταν αντιμετωπίζει καταστάσεις έντονου άγχους (γίνεται επιθετικός και ελεγκτικός). Αντίθετα, όταν νιώθει ασφάλεια και αυταποδοχή εμφανίζει χαρακτηριστικά ενός ατόμου με προσωπικότητα τύπου 4(αναπτύσσει ανοχή στον πόνο και αυξημένη ικανότητα εσωτερικής ενδοσκόπησης). Η γνώση των χαρακτηριστικών που αναδύονται σε κάθε μια από τις δύο περιπτώσεις (άγχους ή ασφάλειας) μπορεί να βοηθήσει σημαντικά στην προσπάθεια αναγνώρισης συμπεριφορών που ενδέχεται να κρύβουν υποβόσκοντα αισθήματα άγχους ή ασφάλειας (Σχέδιο 1).

Οι τύποι προσωπικότητας του Εννεαγραμματος επηρεάζονται επίσης από τα διάφορα ένστικτα. Η θεωρία του Εννεαγραμματος υποστηρίζει πως τα άτομα έχουν την τάση να εκδηλώνουν ένστικτα αυτοσυντήρησης, κοινωνικής αλληλεπίδρασης ή σεξουαλικής δέσμευσης (Πίνακας 2). Αυτά τα ένστικτα δημιουργούν μικροδιαφορές ανάμεσα στους εννέα τύπους, κατευθύνοντας τα κίνητρα του κάθε τύπου προσωπικότητας. Για παράδειγμα, άτομα με τύπο προσωπικότητας 4 είναι εξοικειωμένα με την ψυχική ταλαιπωρία, αλλά το κάθε άτομο ανάλογα με τον ενστικτώδη υπότυπο το εκδηλώνει με τον δικό του τρόπο. Πιο συγκεκριμένα, για άτομα με ένστικτα αυτοσυντήρησης και τύπο προσωπικότητας 4 ο ψυχικός πόνος είναι μια χρόνια κατάσταση που την κρατούν ιδιωτική χωρίς να την μοιράζονται, ενώ αντίθετα άτομα με ανεπτυγμένα κοινωνικά ένστικτα εκδηλώνουν τον ψυχικό πόνο και την ταλαιπωρία ως ένα μέσο απόκτησης προσοχής. Τέλος, άτομα με ισχυρά σεξουαλικά ένστικτα και τύπο προσωπικότητας 4 προβάλλουν τις δικές τους οδυνηρές εμπειρίες στα κοντινά τους άτομα. Η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα ένστικτα επηρεάζουν τους εννέα βασικούς τύπους προσφέρουν επιπλέον πληροφορίες οι οποίες μπορεί να φανούν χρήσιμες στην διαδικασία ταυτοποίησης του τύπου προσωπικότητας ενός ατόμου(3).

Ορισμένοι υποστηρίζουν ότι το εννεάγραμμα θα μπορούσε να

λειτουργήσει ως ένα συνολικό μοντέλο για την περιγραφή της προσωπικότητας(4-7). Ωστόσο, υπάρχουν δυσκολίες τόσο στην αντικειμενική εγκυρότητα όσο και στην μελέτη του Εννεαγραμματος ποσοτικά, όπως έχει συμβεί και με άλλες θεωρίες προσωπικότητας. Αυτές περιλαμβάνουν την υποκειμενική φύση της προσωπικότητας και την ποσότητα των μελετών που είναι διαθέσιμες . Μερικοί ερευνητές έχουν συγκρίνει το Εννεάγραμμα με άλλα μοντέλα προσωπικότητας όπως το «Big Five» ή το «Myers-Briggs» και έχουν διαπιστώσει ότι η εγκυρότητα τους είναι συγκρίσιμη(8). Η χρήση του «RHETI» ως δοκιμασία για την ταυτοποίηση του τύπου προσωπικότητας ενός ατόμου έχει βρεθεί ως στατιστικά αποδεκτή για χρήση σε έρευνες και μελέτες(9). Παρ' όλους τους περιορισμούς για χρήση σε αντικειμενικές μελέτες φαίνεται πως το Εννεάγραμμα πληροί τα τρία κριτήρια που χρησιμοποιούνται για την οργανωμένη καταγραφή της προσωπικότητας: έγκυρες προβλέψεις, χρησιμότητα, περιεκτικότητα σε αυτό που περιγράφει(6). Παρά την αυταπάκελη εγκυρότητα πιστεύουμε ότι η προσωπική εμπειρία είναι ένα καλό μέτρο της χρηστικότητάς και οι γνώσεις που καταφέραμε να αποκτήσουμε για τα δυνατά μας σημεία, τις αδυναμίες μας, τις τάσεις και την ανάπτυξη της συμπεριφοράς μας είναι απόδειξη της πρακτικής αξίας του Εννεαγραμματος.

Εφαρμογές στην ψυχιατρική

Ορισμένοι έχουν υποστηρίξει ότι το Εννεάγραμμα είναι ένα περισσότερο ολοκληρωμένο μοντέλο προσωπικότητας, από αυτό που έχει υιοτετηθεί πρόσφατα από το DSM-5. Το εναλλακτικό μοντέλο των διαταραχών προσωπικότητας, που περιλαμβάνεται ως προσθήκη στο DSM-5, είναι παρόμοιο με το Εννεάγραμμα. Το μοντέλο αυτό χαρακτηρίζει τις διαταραχές βάσει συγκεκριμένων χαρακτηριστικών τους και επισημαίνει τα λειτουργικά και δυσλειτουργικά σημεία κάθε μίας(10). Σε αυτά τα προτεινόμενα μοντέλα, κάθε τύπος προσωπικότητας, όταν είναι μη λειτουργικός, μπορεί να συσχετιστεί με μια από τις δέκα διαταραχές προσωπικότητας, όπως ορίζονται στο DSM-5. Για

παράδειγμα, ένα προβληματικό άτομο με προσωπικότητα τύπου 3, είναι πιθανό να εμφανίσει χαρακτηριστικά ναρκισσιστικής διαταραχής προσωπικότητας. Αρκετοί συγγραφείς, στους οποίους περιλαμβάνεται και ο Naranjo (2) έχουν υποστηρίξει ότι έχει γίνει σημαντική αλλά όχι αρκετή έρευνα για να επιβεβαιωθεί αυτή η θεωρία. Επιπλέον, φαίνεται πως συγκεκριμένοι τύποι προσωπικότητας τείνουν προς συγκεκριμένες διαταραχές, αλλά το αντίστροφο δεν ισχύει απαραίτητα. Για παράδειγμα, ένα άτομο με στοιχεία ναρκισσιστικής διαταραχής συμπεριφοράς μπορεί να μην ανήκει απαραίτητα στην κατηγορία προσωπικότητας 3. Αυτός είναι ένας ενδιαφέρον τομέας για περαιτέρω μελέτη, καθώς θα επέτρεπε τον εμπλουτισμό της αντιμετώπισης των διαταραχών προσωπικότητας, με νέους τρόπους προσδιορισμού των δυσπροσαρμοστικών μηχανισμών.

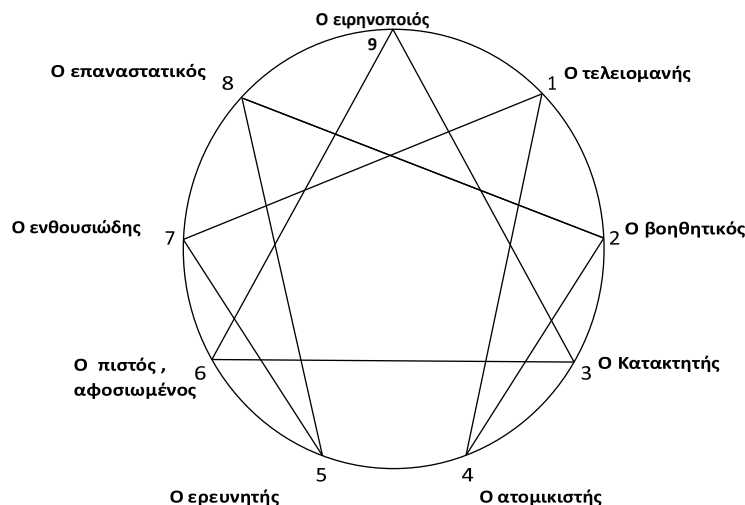
Παρόλο που πολλοί ειδικοί στην ηγεσία, έχουν χρησιμοποιήσει το Εννεάγραμμα για να προωθήσουν την ανάπτυξη της προσωπικότητας, ορισμένοι θεραπευτές το έχουν επίσης χρησιμοποιήσει στην παραδοσιακή ψυχοθεραπεία (11-13). Για παράδειγμα, οι θεραπευτές το έχουν χρησιμοποιήσει για να βοηθήσουν ασθενείς ή πελάτες να κατανοήσουν τα βασικά κίνητρά τους και τις προκύπτουσες άμυνες τους(14) ή ως ένα μοντέλο για να συζητηθούν οι σχέσεις των υποκειμένων(15). Αν και έχει γίνει περιορισμένη έρευνα σχετικά με αυτή τη συγκεκριμένη χρησιμότητα του

Εννεαγράμματος, οι υπάρχουσες μελέτες δείχνουν ότι μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο εργαλείο(5,11). Τουλάχιστον, φαίνεται πως μπορεί να βοηθήσει στη διαμόρφωση μιας υπόθεσης. Οι διαφορετικές πτυχές του κάθε τύπου προσωπικότητας και οι δυναμικές σχέσεις μεταξύ των διαφόρων τύπων, φαίνεται ν' αποτελούν ένα μονοπάτι, για την απάντηση ερωτημάτων που αφορούν την κοσμοθεωρία του ασθενή, άμυνες του εγώ, σχέσεις υποκειμένων, βασικές πεποιθήσεις, διαπροσωπικές δυναμικές και αυτογνωσία.

Ακόμα κι δε αν δοθούν απαντήσεις, θα μπορούσε να βοηθήσει τον θεραπευτή να διατυπώσει ερωτήματα ή να διερευνήσει

μοντέλα που ταιριάζουν, με τη βοήθεια του Εννεαγράμματος.

Σχέδιο 1. Το μοντέλο του εννεαγράμματος



Πίνακας 2. Σύνοψη ενστίκτων που επηρεάζουν τους τύπους του εννεαγράμματος

Ενστίκτα	Χαρακτηριστικά ενδιαφέροντος
Αυτοσυντήρηση	Αίσθημα ασφάλειας, υλική ασφάλεια, διατήρηση αίσθησης δομής, αποφυγή κινδύνου, επαρκείς πόροι.
Κοινωνική αλληλεπίδραση	Καλλιέργεια σχέσεων, παροχή και λήψη προσοχής, αίσθηση αναγνώρισης, συνεργασία με την ομάδα, κοινωνική θέση.
Σεξουαλική δέσμευση	Ανάπτυξη διαπροσωπικής έλξης, επίτευξη και διατήρηση ερωτικών σχέσεων, δέσιμο με άλλα άτομα.

Βασικά σημεία / Κλινικές πληροφορίες

- Το Εννεάγραμμα είναι ένα ολοκληρωμένο σύστημα κατανόησης της προσωπικότητας που μπορεί να εφαρμοστεί στην κλινική ψυχιατρική.
- Το Εννεάγραμμα έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως και αξιοποιείται στη βιβλιογραφία.
- Οι ειδικευόμενοι της ψυχιατρικής μπορούν να εξοικειωθούν με τα βασικά στοιχεία του μοντέλου του Εννεαγράμματος και να το χρησιμοποιήσουν ως εργαλείο για την ταξινόμηση(τυποποίηση) των ασθενών και την ψυχοθεραπεία.

Συμπεράσματα

Το Εννεάγραμμα είναι ένα ισχυρό σύστημα που ενσωματώνει όλες τις έννοιες που είναι κοινώς αποδεκτές ως απαραίτητες για μια θεωρία προσωπικότητας, και η εγκυρότητά της φαίνεται πολλά υποσχόμενη. Η λίστα αναφοράς περιλαμβάνει προτεινόμενη περαιτέρω μελέτη. Συνιστούμε προσοχή στην γρήγορη ενσωμάτωση αυτών των εννοιών, καθώς το Εννεάγραμμα είναι πιο πολύπλοκο από ό,τι προτείνει αυτή η σύντομη επισκόπηση.

Ελπίζουμε στο μέλλον, να επεκταθεί αυτή η βιβλιογραφική επισκόπηση, με μελλοντικά άρθρα που θα στοχεύουν συγκεκριμένα στην πρακτική αξία του Εννεαγράματος, για την ιατρική εκπαίδευση και την κλινική ψυχοθεραπεία.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

1. Riso DR, Hudson R: The Wisdom of the Enneagram. New York, Bantam Books, 1999
2. Naranjo C: Character and Neurosis: An Integrative View. Nevada City, Calif, Gateways/IDHNB, Inc, 1994
3. Chestnut B: The Complete Enneagram. Berkeley, Calif, She Writes Press, 2013
4. Daniels D: The nine personality types, according to the Enneagram. Psychotherapy Networker, Nov 2011. <https://www.psychotherapynetworker.org/blog/details/782/the-nine-personality-types-according-to-the-enneagram>
5. Sutton A: "But is it real?" A review of research on the Enneagram. Enneagram J 2012; 5:5–20
6. Wagele E: The Enneagram as a standard for the DSM. Psychology Today, Dec 4, 2012. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-career-within-you/201212/the-enneagram-standard-the-dsm>
7. Matisse M: The enneagram: an innovative approach. J Prof Couns 2007; 35:38-58
8. Wagner JP: A Descriptive, Reliability, and Validity Study of the Enneagram Personality Typology. Doctoral dissertation. Chicago, Department of Psychology, Loyola University, 1980. https://ecommons.luc.edu/luc_diss/2109
9. Newgent R, Parr PH, Newman I, et al: The Riso-Hudson Enneagram Type Indicator: estimates of reliability and validity. Meas Eval Couns Dev 2004; 226–237
10. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th ed. Washington, DC, American Psychiatric Association, 2013
11. Daniels D, Saracino T, Fraley M, et al: Advancing ego development in adulthood through study of the Enneagram system of personality. J Adult Dev 2018; 25:229–241
12. Kang MJ: Effects of Enneagram program for self-esteem, interpersonal relationships, and GAF in psychiatric patients. J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs 2015; 24:116–126
13. Tapp K, Engebretson K: Using the Enneagram for client insight and transformation: a type eight illustration. J Creat Ment Health 2010; 5:65–72
14. Wyman P: Integrating the MBTI and the Enneagram in psychotherapy: the core self and the defense system. J Psychol Type 1998; 46:28–40
15. Chestnut B: Understanding the development of personality type: integrating object relations theory and the Enneagram system. Enneagram J 2008; 1:22–51

Follow the Residents' Journal on Instagram!

Search "ajpresidentsjournal"

Calling for your psychiatry-inspired photos and artwork and photos of your residency program.

If you've won an award, we would love to recognize you on our social media sites as well.

Send photos/blurbs to the Media Editors Neal Christopher, D.O., and Shafi Lodhi, M.D.

(AJPresidentsJournalMedia@gmail.com)