

## TRIE Riso-Hudson

### Test Rápido de Identificación en el Eneagrama

#### INSTRUCCIONES:

Para obtener del TRIE un resultado correcto, es importante que leas y sigas estas sencillas instrucciones.

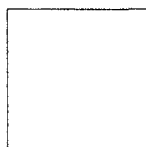
- En cada uno de los dos grupos siguientes, elige el párrafo que refleje mejor tus actitudes y tu comportamiento generales, según tu forma de ser la mayor parte de tu vida.
- No es necesario que estés totalmente de acuerdo con cada palabra o afirmación del párrafo que elijas. Basta con que estés de acuerdo en un 80 o 90 por ciento con lo que dice el párrafo para elegirlo antes que los otros dos del grupo. Pero sí deberás identificarte con el tono general, con la ideología o «filosofía» global de ese párrafo. Probablemente no estarás de acuerdo con alguna parte de cada uno de los párrafos. No rechaces un párrafo debido a una sola palabra o frase. Mira el cuadro general.
- No analices demasiado para elegir. Elige el párrafo que tu «instinto visceral» te dice que es el que te corresponde, aunque no estés de acuerdo con todo. La idea general y el sentimiento del párrafo en su conjunto es más importante que sus elementos individuales. Guíate por tu intuición.
- Si no logras decidir con qué párrafo te identificas más en uno de los grupos, *puedes elegir dos, pero sólo en un grupo*, por ejemplo, C en el grupo 1 y X e Y en el grupo 2.
- Escribe la letra elegida en el casillero correspondiente.

#### GRUPO I

A. Tiendo a ser bastante independiente y confiado: pienso que la vida va mejor cuando la esperas de frente. Me fijo objetivos, me comprometo y deseo que ocurran las cosas. No me gusta quedarme sentado, prefiero realizar algo grande y dejar mi huella. No busco necesariamente confrontaciones, pero no me dejo llevar ni empujar tampoco. La mayor parte del tiempo sé lo que quiero y voy a por ello. Tiendo a trabajar mucho y a disfrutar mucho.

B. Tiendo a estar callado, y estoy acostumbrado a estar solo. Normalmente no atraigo mucho la atención en el aspecto social, y por lo general procuro no imponerme por la fuerza. No me siento cómodo destacando sobre los demás ni siendo competitivo. Probablemente muchos dirían que tengo algo de soñador, pues disfruto con mi imaginación. Puedo estar bástame a gusto sin pensar que tengo que ser activo todo el tiempo.

C. Tiendo a ser muy responsable y entregado. Me siento fatal si no cumplo mis compromisos o no hago lo que se espera de mí. Deseo que los demás sepan que estoy por ellos y que haré todo lo que crea que es mejor por ellos. Con frecuencia hago grandes sacrificios personales por el bien de otros, lo sepan o no lo sepan. No suelo cuidar bien de mí mismo; hago el trabajo que hay que hacer y me relajo (y hago lo que realmente deseo) si me queda tiempo.



Elección Grupo 1

## GRUPO II

X. Soy una persona que normalmente mantiene una actitud positiva y piensa que las cosas se van a resolver para mejor. Sudo entusiasmarme por las cosas y no me cuesta encontrar en qué ocuparme. Me gusta estar con gente y ayudar a otros a ser felices; me agrada compartir con ellos mi bienestar. (No siempre me siento fabulosamente bien, pero trato de que nadie se dé cuenta.) Sin embargo, mantener esta actitud positiva ha significado a veces dejar pasar demasiado tiempo sin ocuparme de mis problemas.

Y. Soy una persona que tiene fuertes sentimientos respecto a las cosas, la mayoría de la gente lo nota cuando me siento desgraciado por algo. Sé ser-reservado con los demás, pero soy más sensible de lo que dejo ver. Deseo saber a qué atenerme con los demás y con quiénes y con qué puedo contar; la mayoría de las personas tienen muy claro a qué atenerse conmigo. Cuando estoy alterado por algo deseo que los demás reaccionen y se emocionen como yo. Conozco las reglas, pero no quiero que me digan lo que he de hacer. Quiero decidir por mí mismo.

Z. Tiendo a controlarme y a ser lógico, me desagrada hacer frente a los sentimientos. Soy eficiente, incluso perfeccionista, y prefiero trabajar solo. Cuando hay problemas o conflictos personales trato de no meter mis sentimientos por medio. Algunos dicen que soy demasiado frío y objetivo, pero no quiero que mis reacciones emocionales me distraigan de lo que realmente me importa. Por lo general, no muestro mis emociones cuando otras personas «me fastidian».

*Para interpretar tu respuesta, lee la página 14.*



Elección Grupo 1

*Si odias a una persona, odias algo de ella que forma parte de ti. Lo que no forma parte de nosotros no nos molesta.*

HERMÁN HESSE

## COSAS A TENER PRESENTES ACERCA DEL TIPO

► Si bien en todo el mundo se da una cierta combinación de tipos en su personalidad global, una pauta o estilo particular es nuestra «base» y volvemos a ella una y otra vez. Nuestro tipo básico continúa siendo el mismo durante toda la vida. Aunque la persona cambia y se desarrolla de numerosas formas, no cambia de un tipo básico de personalidad a otro.

► Las descripciones de los tipos de personalidad son universales y valen tanto para hombres como para mujeres. Como es lógico, los hombres y las mujeres expresan de modo algo diferente las mismas actitudes, características y tendencias, pero los temas básicos del tipo continúan siendo los mismos.

► No todos los detalles de la descripción del tipo básico son aplicables *siempre*. Esto se debe a que constantemente oscilamos entre las características sanas, las que representan un término medio y las insanas que conforman nuestro tipo de personalidad, como veremos al tratar los niveles de desarrollo (capítulo 6). También veremos que una mayor o menor madurez o un mayor o menor estrés tienen una influencia importante en la forma de expresar nuestro tipo.

► Aunque a cada tipo le hemos dado un nombre descriptivo (Reformador, Ayudador, etc.), en la práctica preferimos usar su número. Los números son valores neutros, nos ofrecen un modo objetivo y corto de referirnos a los tipos. Además, la categoría numérica de los tipos no es importante:

ser de un tipo con un número mayor no es mejor que ser de un tipo con un número menor (por ejemplo, no es mejor ser un Nueve que un Uno).

► Ninguno de los tipos de personalidad es mejor ni peor que cualquier otro; cada tipo tiene sus ventajas y desventajas, sus fuerzas y debilidades únicas. Es posible, sin embargo, que algunos tipos sean más valorados en una cultura o un grupo determinados. A medida que vayas sabiendo más acerca de todos los tipos verás que así como cada uno tiene sus capacidades únicas, cada uno tiene también diferentes limitaciones.

► Sea cual sea el tipo al que pertenezcas, *hasta cierto punto tienes en ti los nueve tipos*. Explorarlos todos y verlos todos actuando en uno es ver el espectro completo de la naturaleza humana. Este conocimiento te dará mucha más comprensión y compasión por los demás, porque reconocerás en ti muchos aspectos de sus hábitos y reacciones particulares. Es mucho más difícil condenar la agresividad de los Ocho o la disfrazada desvalidez de los Dos, por ejemplo, si reconocemos la agresividad y la desvalidez en nosotros mismos. Si exploras los nueve tipos en ti, verás lo interdependientes que son, tal como los representa el símbolo del eneagrama.

## IDENTIFICACIÓN DEL TIPO DE OTRAS PERSONAS

*Aquel que conoce a los demás es docto; aquel que se conoce a sí mismo es sabio.*

LAO TSE

Estamos convencidos de que siempre es más problemático usar el eneagrama para identificar el tipo de otras personas que el nuestro propio. Toda persona tiene puntos ciegos y son tantas las variaciones posibles entre los tipos que es inevitable que sencillamente no las conozcamos todas. Dados nuestros prejuicios personales es también muy probable que tengamos una franca aversión a algunos tipos. Ten presente que la finalidad principal del eneagrama es el descubrimiento y la comprensión de uno mismo.

Además, conocer nuestro tipo o el de otra persona puede aportarnos muchas percepciones valiosas, pero de ninguna manera nos dice todo acerca de la persona, como no nos lo dice saber su raza o su nacionalidad. El tipo no nos dice nada acerca de la historia, la inteligencia, el talento, la honradez, la integridad o el carácter de la persona ni sobre muchos otros factores. Por otro lado, sí nos dice muchísimo sobre cómo vemos el mundo, los tipos de elecciones que tendemos a hacer, los valores que tenemos, lo que nos motiva, nuestra forma de reaccionar ante otras personas y ante el estrés, y muchas otras cosas importantes. A medida que nos familiarizamos con las formas de personalidad reveladas por este sistema nos es más fácil valorar las perspectivas que difieren de las nuestras.

## LA FINALIDAD MÁS PROFUNDA DEL ENEAGRAMA

Identificarse con uno de los nueve tipos de personalidad podría ser algo revolucionario. Es posible que por primera vez en la vida veamos la pauta y el motivo fundamental global de la forma como hemos vivido y nos hemos comportado. Sin embargo, llega un momento en el que «el conocimiento de nuestro tipo» se incorpora a la imagen que tenemos de nosotros mismos, lo cual en realidad podría comenzar a interferir en nuestro crecimiento.

En efecto, algunos alumnos del eneagrama se encariñan con su tipo de personalidad: «Pues claro que soy un paranoico; al fin y al cabo soy un Seis», o «Ya sabes cómo somos los Siete, no podemos quedarnos quietos». Justificar un comportamiento discutible o adoptar una identidad más rígida son malas formas de emplear el eneagrama.

Al ayudarnos a ver lo atrapados que estamos en nuestros trances y lo alejados que estamos de nuestra naturaleza esencial, *el eneagrama nos invita a profundizar en el misterio de nuestra verdadera identidad*. Su finalidad es iniciar un proceso de exploración que nos lleve a una verdad más profunda acerca de nosotros mismos y de nuestro lugar en el mundo. Pero si lo usamos simplemente para mejorar nuestra propia imagen detendremos el proceso de desvelar (o recuperar, en realidad) nuestra verdadera naturaleza. Si bien conocer nuestro tipo nos da información importante, esa información es sólo un punto de partida para un viaje mucho más grandioso. En resumen, *saber a qué tipo pertenecemos no es el destino final*.

El objetivo de este trabajo es poner fin a las reacciones automáticas de la personalidad llevándolas al terreno de lo consciente. Sólo despertaremos si aportamos percepción y claridad al mecanismo de la personalidad, eso es lo que nos ha motivado a escribir este libro. Cuanto más percibamos las respuestas mecánicas de nuestra personalidad menos nos identificaremos con ellas y más libertad tendremos. De eso trata el eneagrama.

| <i>Código</i> | <i>Tipo</i> | <i>Nombre del tipo y características principales</i>                  |
|---------------|-------------|---|
| AX            | 7           | <i>El entusiasta</i> . Optimista, hábil, impulsivo.                   |
| AY            | 8           | <i>El desafiador</i> . Seguro, decidido, dominante.                   |
| AZ            | 3           | <i>El triunfador</i> . Adaptable, ambicioso, consciente de su imagen. |
| BX            | 9           | <i>El pacificador</i> . Receptivo, tranquilizador, complaciente.      |
| BY            | 4           | <i>El individualista</i> . Intuitivo, esteta, ensimismado.            |
| BZ            | 5           | <i>El investigador</i> . Perceptivo, innovador, objetivo.             |
| CX            | 2           | <i>El ayudador</i> . Humanitario, generoso, posesivo.                 |
| CY            | 6           | <i>El leal</i> . Encantador, responsable, defensivo.                  |
| CZ            | 1           | <i>El reformador</i> . Racional, de sólidos principios y autodominio. |