

PREPARE-SE PARA DESCOBRIR COMO O FORMATO DO CORPO DE UMA PESSOA EXPLICA QUE TIPO DE MENTE ELA TEM E REVELA A VERDADE POR TRÁS DE QUALQUER PROBLEMA QUE ELA ESTEJA ENFRENTANDO.

SUMÁRIO

| | |
|---|----|
| MÓDULO 1 - PRIMEIROS PASSOS..... | 03 |
| MÓDULO 2 - ANATOMIA E GENÉTICA..... | 10 |
| MÓDULO 3 - PERFIL ESQUIZOIDE..... | 19 |
| MÓDULO 4 - PERFIL ORAL..... | 25 |
| MÓDULO 5 - PERFIL PSICOPATA..... | 33 |
| MÓDULO 6 - PERFIL MASOQUISTA..... | 43 |
| MÓDULO 7 - PERFIL RÍGIDO..... | 54 |
| MÓDULO 8 - IDENTIFICANDO OS TRAÇOS..... | 63 |
| MÓDULO 9 - COLOCANDO EM PRÁTICA..... | 80 |
| MÓDULO 10 - ENTENDENDO O OUTRO..... | 83 |
| MÓDULO 11 - PONTOS IMPORTANTES..... | 88 |

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Guia do analista corporal [livro eletrônico] /
[organizado por] O Corpo Explica -- 1. ed. --
São José dos Campos, SP : O Corpo Explica, 2020.
PDF

ISBN 978-65-991745-0-6

1. Análise comportamental 2. Autoajuda
3. Autoconhecimento (Psicologia) 4. Comportamento
humano 5. Desenvolvimento humano 6. Desenvolvimento
pessoal
I. O Corpo Explica.

20-41051

CDD-155

Índices para catálogo sistemático:

1. Desenvolvimento humano : Psicologia 155

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

ISBN: 978-65-991745-0-6

BR



9 786599 174506

PREPARAÇÃO E FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS

PRIMEIROS
PASSOS



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 1

**BOAS
VINDAS**

Seja muito bem-vindo à formação de Análise Corporal do O Corpo Explica.

Prepare-se para descobrir como o formato do corpo de uma pessoa explica que tipo de mente ela tem e revela a verdade por trás de qualquer problema que ela esteja enfrentando.

A formação online do O Corpo Explica te dará toda a base científica e prática que você precisa para entender a mente de qualquer pessoa, observando apenas o corpo.

COMO UTILIZAR ESTE MATERIAL

Esta apostila tem como objetivo facilitar a busca das informações sobre o conteúdo apresentado nos vídeos e também na realização das atividades propostas durante a formação.

O Guia do Analista não substitui o conteúdo presente em cada aula e material disponível na sua área do aluno.

Dica: Encontre as informações corretas em cada um dos vídeos e vá acompanhando com a sua apostila, realizando todas as atividades para fixar os aprendizados e aproveitar ao máximo este conteúdo.

**E para começar o seu processo de autoconhecimento.
Gostaríamos de sugerir a seguinte reflexão:**



**O CORPO[®]
EXPLICA**

QUAIS OS SEUS MAIORES MOTIVOS?

O nível de autoconhecimento que você vai ter depois dessa formação vai fazer a sua vida profissional e pessoal deslançar de uma maneira que você nunca imaginou.

Para começar o seu processo de autoconhecimento gostaríamos de sugerir a seguinte reflexão:

Qual o seu objetivo com O Corpo Explica?

Escreva de acordo com os resultados práticos que você espera obter.

[illegible]

QUAL A PROPOSTA DO O CORPO EXPLICA?

O que nós chamamos de O Corpo Explica, e você vai entender ao longo dessa formação, é um compilado de conhecimento com algumas alterações, algumas modificações e muita criação.

Existem pontos do O Corpo Explica que nós criamos, existem teorias que nós simplesmente trouxemos e existem outras coisas que nós adaptamos e combinamos. Nossas maiores inspirações foram Freud, Reich, Lowen e Hellinger. Temos todo o carinho, todo o respeito e toda a admiração por todos esses criadores que vieram antes de nós e fizeram feitos incríveis.

Através de toda essa base, de uma maneira mais atualizada, montamos uma nova forma de enxergar esse assunto (uma evolução de todas essas teorias que já existiram).

Aqui no O Corpo Explica o nosso determinismo é: “Você é quem você precisa ser, a combinação de recursos que você tem é perfeita para você.”

Não tente ser outra pessoa, não tente ter recursos diferentes que você não tem. Use os seus recursos ao máximo que já vai ser mais do que suficiente.

QUEM SOMOS NÓS

Com toda a modéstia e toda a humildade, nós somos O Corpo Explica. Isso não é Reich, isso não é Lowen, não é bioenergética, não é constelação, é “O Corpo Explica”.

O que você precisa entender é que podemos analisar o corpo para chegar na mente e na história da pessoa.

É possível fazer isso muito rápido, com um nível de precisão absurdo, conseguindo proporcionar alívio de dificuldades, de conflitos, de dilemas e até de doenças que as pessoas carregam consigo sem necessidade há anos.

Se um corpo não nasceu com a dor, se uma pessoa não nasceu com a dor, de verdade, ela não precisa morrer com ela.

Isso vale para você, para as pessoas com as quais você se relaciona e, caso vá utilizar essa formação de forma profissional, isso vale também para as pessoas que você vai ajudar.

ALINHAMENTOS E ACORDOS

- 1) Siga à risca as nossas instruções.
- 2) Essa formação não é terapia, mas é terapêutica.
- 3) Não use o seu conhecimento como analista do O Corpo Explica como alguém que é superior à outra pessoa.
- 4) Não julgue a história da pessoa. Traga leveza para essas histórias. O culpado não tem valor aqui.
- 5) O Corpo Explica não é um espaço para debates acadêmicos, filosóficos ou religiosos.
- 6) Não tente ficar trazendo casos extremos que você nem conhece só pra saber se O Corpo Explica ou não. Foque nas pessoas que você convive.
- 7) Não use a lupa cruel em você mesmo porque ainda não está gerando os resultados que você queria. Siga o processo que, em breve, estará fazendo análises com cada vez mais profundidade.

FAÇA SUAS ANOTAÇÕES

Para um aprofundamento maior e melhor sobre cada assunto, separamos um espaço, ao final de cada módulo, para você fazer seu resumo e suas anotações em relação ao conteúdo que você assistiu nas aulas em vídeo. Continue sempre exercitando, assistindo todos os vídeos e acompanhando os pontos da apostila para uma compreensão ainda maior sobre cada assunto.

EM CASO DE DÚVIDAS

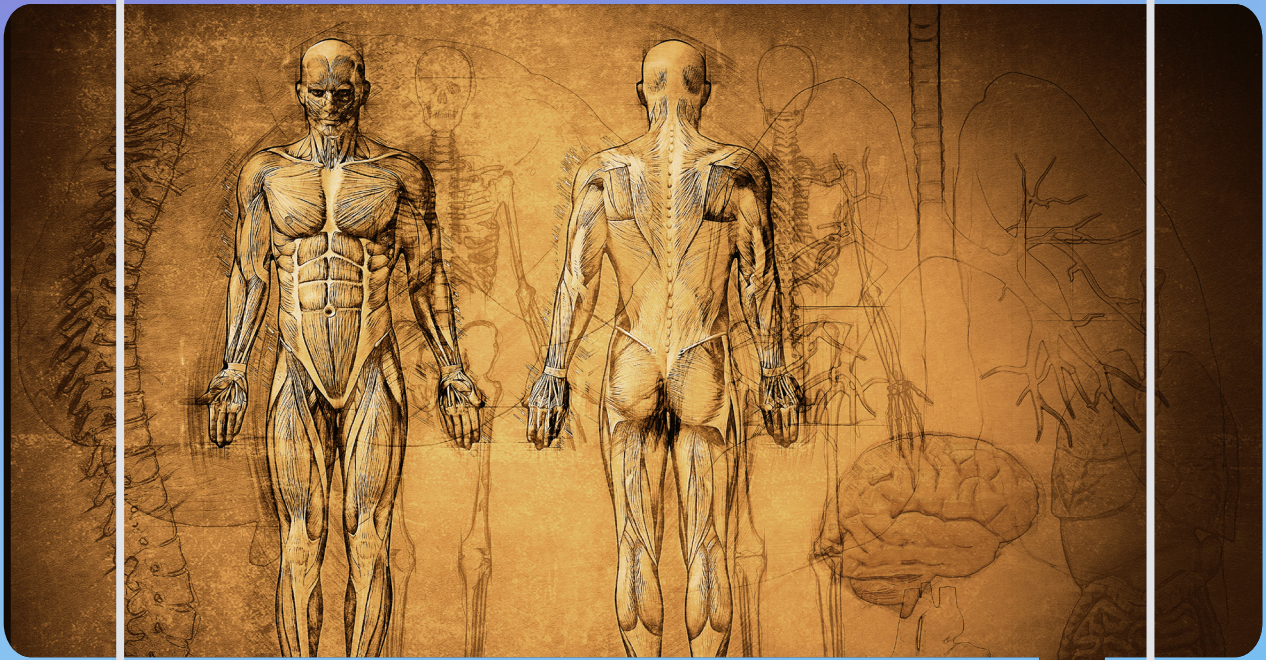
Pode ser que você não entenda algo, sinta algum tipo de confusão ou que tenha algum tópico com mais dificuldade de aplicar. Para isso, é muito importante utilizar o canal de dúvidas do aluno para receber o suporte e o cuidado que você precisa.



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ANATOMIA E GENÉTICA

CONCEITOS
ESPECIAIS



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 2

INTRODUÇÃO À MIELINIZAÇÃO

Tudo que nós colocarmos aqui vai ser muito importante para que você dê conta de ligar os pontos, fazer as conexões e entender porque as pessoas funcionam de formas diferentes nesse mundo e, mais importante, porque elas travam e como você vai conseguir ajudar cada uma dessas pessoas.

E para começarmos a colocar a mão na massa, vamos conversar sobre quatro elementos de muita importância: neurônio, sinapse, mielinização e poda neural.

NEURÔNIO

É um corpo celular que consegue conversar com outros corpos celulares, que podem ser neurônios, células musculares, células endócrinas, células hormonais e diversos tipos de células. Ele leva uma informação para que aquele outro corpo celular tome alguma ação.

Os neurônios conversam entre si através de sinapses elétricas, passando as informações até que chegue em um corpo celular onde ele vai transmitir a informação que ele queira.

SINAPSES

Você já viu alguma construção de uma casa?

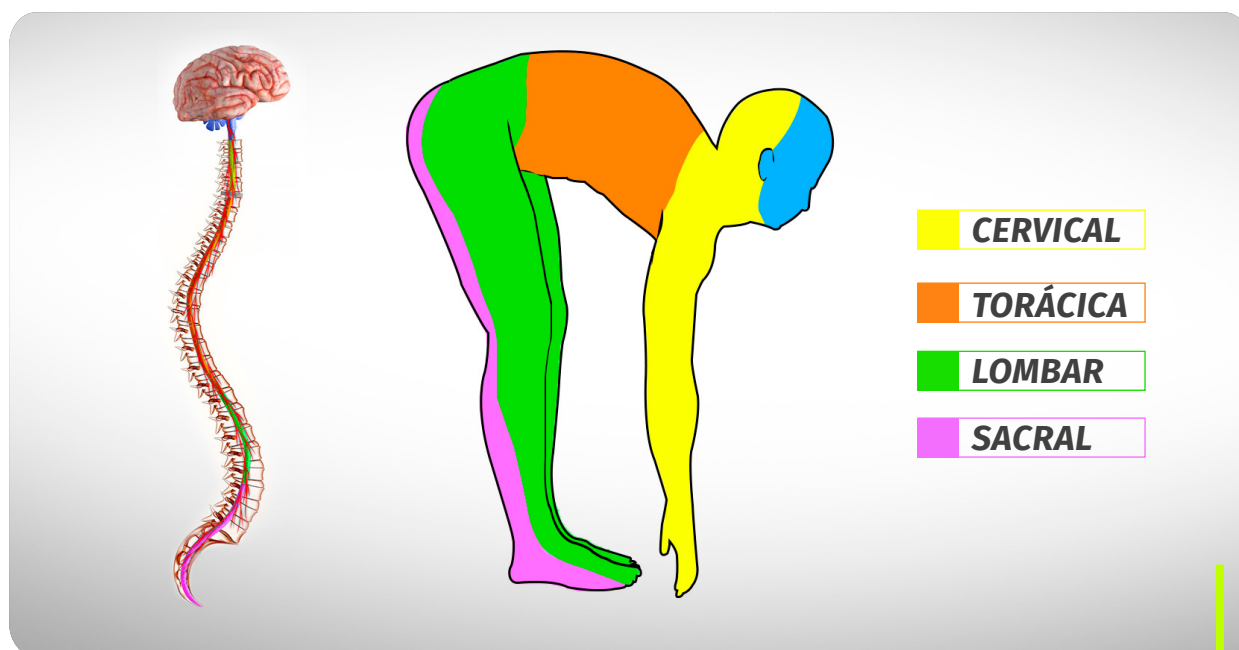
É muito comum você ver um monte de fios passando por dentro e, olhando de fora, você nem imagina que estão ali. Basicamente o nosso corpo é do mesmo jeito.

Um neurônio se conecta com o outro para formar essa rede de comunicação elétrica dentro do nosso organismo.

Quando nascemos já temos bilhões e bilhões de neurônios espalhados pelo corpo, só que eles ainda não têm todas as comunicações realizadas. As comunicações entre um neurônio e outro vão sendo formadas de acordo com as sinapses, mas o sistema ainda não vem totalmente pronto: falta a capa de mielina.

CAPA DE MIELINA

Essa capa serve para aumentar a efetividade do envio do sinal elétrico dentro do nosso corpo: como se fosse a capa de borracha de um fio elétrico daqueles que conectam os nossos eletrodomésticos na tomada, por exemplo. Essa capa faz com que menos energia se dissipe do fio e, por conta disso ocorre menos desperdício de energia. No nosso corpo é a mesma coisa, é a mesma inteligência.



Fonte: Shutterstock

As cinco cores diferentes da imagem vão estar associadas com os cinco traços de caracteres: Esquizoide, Oral, Psicopata, Masoquista e Rígido (vamos explicar sobre cada traço individualmente nos próximos módulos).

Essa imagem é um processo cronológico de mielinização que começa do topo da cabeça e segue até o final da nossa coluna vertebral. Começa de cima e vai descendo, seguindo do centro do corpo para as laterais.

Leva-se cerca de cinco anos para formar os traços de caracteres: Esquizoide, Oral, Psicopata, Masoquista e Rígido. Conforme esses neurônios vão se mielinizando, novas áreas do corpo vão ganhando controle e sensação.

Uma criança recém-nascida está criando milhares de novas sinapses todos os dias. Conforme ela vai ganhando mais idade, recebendo uma capa de mielina ao longo da medula espinhal, cada região nova vai ganhando um novo controle motor e recebendo novas informações sobre o meio ambiente.

PODA NEURAL

A criança criou mil sinapses por segundo, dentre bilhões de neurônios. Ela está com muita coisa ali dentro. É um processador que não precisa usar todos esses caminhos. Não é eficiente.

Quando o cérebro reconhece que os processos não estão sendo eficientes, ele vai realizar essa poda neural, descartando as sinapses que não são utilizadas para ficar só com as principais. As pessoas funcionam de formas absolutamente diferentes por conta dos caminhos que o sistema de cada um podou. Ou seja, caminhos que para uma pessoa parecem seguros, para outras parecem arriscados.

Essas podas neurais não acontecem de forma aleatória.

O caminho elétrico que é mais utilizado cria sinais dentro daquele corpo celular, dentro do neurônio, que atraem a capa de mielina. A capa de mielina cria uma bainha de gordura para que aquele sinal elétrico fixe e fique cada vez mais eficiente.

O neurônio não cria por si só uma ramificação sem necessidade alguma.

Quando o sistema interno se desenvolve, ele elimina algumas partes que não estão sendo necessárias (reconhecendo aquelas que não estão demandando energia). Isso não é feito apenas de forma biológica. Também acontece de forma emocional.

SISTEMA LÍMBICO

O sistema límbico é chamado carinhosamente como cérebro das emoções e ele é formado de vários subsistemas.

Faz parte dele o corpo caloso, hipotálamo, hipocampo, amígdala cerebral e vários campos anatômicos que conversam entre si e formam o nosso sistema límbico (o nosso cérebro emocional).

Cada um desses elementos tem uma função específica: de armazenar nossas emoções, nossas memórias, controlar o sono e controlar a fome. Isso tudo vai acontecendo na medida em que a mielinização avança. Na medida em que essa mielinização está avançando e o bebê está se formando, o mundo à volta dele já está acontecendo. Como resultado, todas as sensações e percepções começam a reagir com as histórias (com os fatos que estão acontecendo).

***“Mas eu não lembro de nada disso.
Será que isso realmente interfere tanto?”***

Interfere sim. Essas informações ficam guardadas lá no sistema límbico e mesmo que você não se lembre de nada, todas essas informações estão lá. Essas histórias ficam registradas lá (principalmente as histórias mais marcantes e mais traumáticas), pelo fato de que o bebê teve que aprender a se proteger e a sobreviver em relação a aquilo.

Não lembramos pelo fato de que o hipocampo ainda não estava totalmente pronto ou mielinizado para controlar toda a sua memória e conectar uma história a outra. Mas todas essas histórias ficam registradas no sistema límbico.

Outro ponto importante: Não temos o corpo/formato que temos apenas por questões genéticas.

O QUANTO A GENÉTICA INTERFERE?

Até onde realmente vai a genética e até onde tudo aquilo que vivemos durante as fases de mielinização moldam o nosso corpo?

Existem muitas coisas que herdamos, por exemplo, como a cor dos olhos, a cor do cabelo, a cor da pele. Esses detalhes vieram e não tiveram interferência da mielinização. Em compensação, o formato do corpo, que é o que analisamos aqui no O Corpo Explica, é moldado por informações além daquilo que já está no código genético.

FENÓTIPO

Fenótipos são justamente essas informações que vão além da genética, ou seja, é o meio que interfere em como os nossos genes se manifestam.

Nós não estamos, de forma alguma, ignorando a carga genética. Muito pelo contrário, nós estamos dizendo que não é só isso que forma e molda o corpo que nós temos (esse corpo visível).

Parte do formato do nosso corpo, da nossa estrutura, é genética sim.

Agora, o molde que nós vamos ganhar, ele vai vir durante a formação dos nossos traços de caracteres e nós teremos, a partir disso, uma alteração ou uma complementação do nosso fator genético, porque todas essas informações vão para dentro do registro do nosso DNA.

O filho vai receber a carga genética do pai, a carga genética da mãe e só depois do processo de mielinização, ao longo dos seus cinco primeiros anos de vida, é que ele vai estar pronto, com a sua estrutura e o seu formato desenhado.

Tem algo muito bom e muito bonito dentro de você (caminhos prontos, tanto pensando no aspecto físico e biológico, quanto pensando no aspecto emocional). Vamos trabalhar para que você descubra quem você realmente é e para que você goste disso.

“Você é quem você precisar ser.”

LATERALIDADE DO CÉREBRO

As nossas dores, as nossas dificuldades e os nossos traumas, estão sempre ligados às questões relacionais, questões que vêm de conflitos conscientes ou inconscientes, conflitos que às vezes conseguimos identificar simplesmente por um lado mais torto, mais apertado, mais duro, mais tenso de um dos lados do corpo. Isso acontece por conta da lateralidade. E, quando falamos de lateralidade, estamos falando que, se dividirmos o corpo verticalmente ao meio, vamos ter dois lados: o esquerdo e o direito.

Nesse sentido, existe um lado nosso que representa o masculino e a relação com o paterno (lado direito do corpo) e um lado que representa o feminino e a relação com o materno (lado esquerdo do corpo).



Assim como o corpo, também podemos dividir nosso cérebro em duas partes.

O lado esquerdo do cérebro tende a ter mais funcionamentos relacionados à lógica, matemática e razão. Por exemplo, algumas pessoas fazem desenhos como se estivesse tudo dentro de um quadrado. *“Dois mais dois é sempre igual a quatro.”*

Quando falamos do lado direito do cérebro estamos falando de um lado mais imaginativo, mais lúdico, mais sem fronteiras, algo mais redondo, não tudo dentro do quadradinho. *“Um lugar onde dois mais dois pode ser igual a cinco.”*

Por enquanto, queremos que você entenda a lateralidade e, ao longo do curso, você vai ver essas diferenças, essas análises e mais exemplos.

Aqui chegamos ao final desse módulo de fundamentação para mergulharmos nesse universo de conhecimento do O Corpo Explica.



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

O TRAÇO DE CARÁTER ESQUIZOIDE

ENTENDENDO
O PERFIL



Fonte: Shutterstock

**ENTENDENDO
O PERFIL**

À partir deste módulo, vamos abordar cada traço de caráter de forma isolada (como se eles pudessem existir de forma isolada), e depois vamos misturar tudo isso para que você possa entender como somos hoje em dia (uma verdadeira mistura de todos os traços de caráter). Vamos te ensinar a acessar através do formato do corpo e da mente a história de uma pessoa...Inclusive a sua.

O PERÍODO DE FORMAÇÃO DO CARÁTER ESQUIZOIDE
ACONTECE DO PERÍODO INTRAUTERINO E RECÉM NASCIDO ATÉ 1 MÊS

É este o momento em que o esquizoide sentiu um grande medo: o da rejeição.
“Eu existi e o mundo está me rejeitando.”

O mundo da mãe, externo, vai influenciar no mundo do bebê, apesar de ele não entender o conceito de mãe ainda, ou o conceito de mundo externo. Para ele, o mundo é só aquilo.

Ele está fazendo os caminhos de sobrevivência e compreensão que ele dá conta. E no momento em que ele se mexe, aquele mundo reage aparentemente mal, ficando frio, desconfortável e apertado. Ele começa a registrar que sempre que ele se mexe, o resultado não é bom.

O “se mexer”, naquele momento, vem fazendo a relação com o existir.

O que o bebê percebe é *“Eu mexi e o útero fechou”*. Mesmo que isso não tenha relação nenhuma com ele. Ele não tem como saber o que está acontecendo lá fora.

O caminho de sobrevivência então é se mexer o mínimo possível. É focar a energia onde realmente está. É focar toda a atenção e todos os caminhos neurais onde está a maior mielinização.

A REGIÃO DO CORPO QUE ESTAVA SENDO MIELINIZADA

CÉREBRO

Toda a energia é concentrada na cabeça.

Os neurônios estão avançando em sinapses extremamente aceleradas e o mundo emocional dessa criança também está registrando tudo isso.

Na hora em que esse bebê está lá, só a parte do cérebro está mielinizada, ele ainda não tem controle e a hora que ele tenta ter algum tipo de controle no corpo, sai um espasmo e o útero fica ruim. O que é que ele entende naquele momento?

Ele começa a entender que quanto menos ele existir, melhor fica o mundo dele. Quanto menos ele existe, o mundo fica mais tranquilo, fica mais macio, fica mais confortável.

Tudo isso vai sendo registrado no cérebro dessa criança, desse bebê, e ele vai existindo o mínimo possível naquele momento.

“Ele vai existir então dentro da cabeça dele.”

O MECANISMO DE DEFESA DO ESQUIZOIDE

DESCONECTAR DO MUNDO REAL

Ele vai existir no mundo onde ele tem o controle: a cabeça dele. É aí que ele faz uma desconexão, como se o corpo não importasse muito, mas a cabeça sim.

“Se eu incomodar serei rejeitado, logo melhor não existir. Então me desconecto.”

Quando o esquizoide manda essa energia para a cabeça, ele, realmente, desliga o corpo e o cérebro começa a funcionar. Então ele existe em um mundo literalmente paralelo. Ele vai existir dentro da cabeça dele.

A DOR EXISTENCIAL DO ESQUIZOIDE

REJEIÇÃO

“Esse mundo não está me querendo, porque toda vez que eu existo ele fica pior, então é melhor eu não existir”.

É dessa sensação que vem esse sentimento de rejeição do esquizoide.

Ele fica fazendo um esforço para existir o mínimo possível, mandando toda a energia, todos os impulsos elétricos para o cérebro, para o corpo ficar paradinho, para ele não existir.

E o que está sendo estimulado para o esquizoide nesse momento?

O RECURSO DO ESQUIZOIDE

IMAGINAÇÃO

Uma habilidade incrível de racionalizar, imaginar e criar um mundo paralelo na cabeça e essa combinação o deixa muito criativo para diversas situações.

A mente dele é o único lugar onde ele pode existir à vontade, sem que o mundo dele fique pior.

Essa pessoa extremamente esquizoide vai viver no mundo desse jeito.
Ela vai viver no mundo desconectada, ela vai viver no mundo da lua.
Ela, às vezes, está olhando para você e o olho parece que não está olhando.
Ela solta o corpo. É assim que o esquizoide vive.

E se o esquizoide foca toda a energia dele na cabeça, como é que você imagina que seja o impacto biológico disso na formação do corpo dele?

| Parte do Corpo | | ESQUIZOIDE |
|-------------------|---|--|
| Formato da Cabeça |  | Grande, alongada e com a testa ressaltada. |
| Olhos |  | Olhar desfocado, com olhos grandes, olheiras profundas e geralmente usando óculos. |
| Boca |  | Lábios finos e geralmente sem cor. |
| Tronco |  | Magro, ombros e quinas ressaltadas. |
| Quadril |  | Nádegas retas com pouco volume. |
| Pernas |  | Bem finas, com os joelhos travados para trás. |



**O CORPO[®]
EXPLICA**

PERFIL ESQUIZOIDE

MINHAS ANOTAÇÕES

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

O TRAÇO DE CARÁTER ORAL

ENTENDENDO
O PERFIL



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 4

**ENTENDENDO
O PERFIL**

O caráter oral, que é o segundo traço de caráter que é formado ao longo do processo de mielinização, se relaciona com o sistema límbico (nosso cérebro emocional).

Nós temos um formato de corpo que reflete o formato da nossa mente e que explica a história de vida que nós temos.

“Tudo o que você viveu interfere na sua vida, mesmo que você não se lembre.”

O oral funciona de forma totalmente diferente do esquizoide. Você vai entender o porquê de ele ser a flor da pele.

O PERÍODO DE FORMAÇÃO DO CARÁTER ORAL
ACONTECE NO PERÍODO DE AMAMENTAÇÃO

Nós saímos da fase de esquizoide, que acontece entre a gestação e o primeiro mês de vida e é nesse momento que começa a fase oral (depois do primeiro mês de vida e vai até o primeiro ano de existência dessa criança).

Um bebê que só tinha percepções sensoriais na cabeça, agora tem percepções sensoriais mais externas. Ele está sentindo um mundo novo.

Quando vemos um bebê pequeno, que começou a engatinhar, ele vai interagir com o mundo principalmente pela boca, tudo que ele vê ele quer colocar na boca. É um dos reflexos do período de amamentação. É uma fase de extrema dependência.

A criança está dependente de que a pessoa que está cuidando dela adivinhe o que realmente ela tem.

Relembrando o exemplo apresentado no vídeo da aula, sobre a seguinte situação de uma criança que com algum desconforto na roupa:

“...A roupa da criança tem algum bichinho pequeno, tipo uma formiguinha, que está mexendo com ela. O que a criança quer? Ela quer eu tire o bichinho para aquilo parar de coçar, de incomodar, de espetar a barriguinha dela. Acontece que, ao invés disso, eu dou chupeta, eu dou colo, eu dou peito. Eu faço de tudo, menos atender à necessidade dessa criança. Como resultado, o principal, nesse caso, não foi feito...”

Quando a criança chora, ela quer ser entendida, compreendida e ajudada da maneira certa. Mas, algumas vezes, a sensação acaba sendo diferente.

“O que eu faço com esse mal-estar? Estou sentindo, estou tentando me comunicar e as pessoas não me entendem.”

A REGIÃO DO CORPO QUE ESTAVA SENDO MIELINIZADA

CERVICAL

Sempre quando a mielinização avança, uma explosão de novas sensações ou percepções sensoriais acontecem.

A percepção sensorial de cheiros, gostos, textura, sons e visão vem com tudo nesse período.

Todas essas sensações vão ficar mais aguçadas agora. O bebê vai interagir com o mundo com todas essas novas sensações.

Como essa nova explosão sensorial vem em um momento em que o mundo a volta dessa criança está acontecendo, ela vai perceber muito mais as necessidades que ela tem: o sono, a fome e, nesse momento, essas necessidades podem ser excessivamente atendidas ou elas podem, de certa forma, até serem negligenciadas e não serem atendidas. Aí nós vamos ter a dor do oral.

A DOR EXISTENCIAL DO ORAL

ABANDONO

De onde vem essa sensação de abandono?

A criança, nesse momento, está precisando de alguém. Ela está dependendo de alguma pessoa para resolver suas necessidades básicas. Todas as sensações na criança estão mais afloradas nesse período e, por conta disso, se ela sente que ninguém está resolvendo os problemas dela, a sensação é que foi abandonada e corre risco de vida.

É uma dor muito parecida com o desamparo.

“Não tem ninguém aqui para cuidar de mim”.

“Estou sozinho, será que fui abandonado?”

Ao juntar toda essa sensação de não estarem dando exatamente o que a criança precisa nesse momento (seja de fome, seja de sono, seja de contato, seja de carinho), a criança fica em alerta por conta do seu instinto de sobrevivência:

“Estou em um mal-estar e ninguém vem me ajudar, ninguém vem resolver esse mal-estar junto comigo”.

Então, para conseguir o que quer, a criança vai tentar resolver o problema da única maneira que ela consegue naquele momento.



Fonte: Shutterstock

O RECURSO DO ORAL

COMUNICAÇÃO

O oral tem uma habilidade incrível de atrair pessoas para perto, principalmente a mãe, nesse período. São diversas maneiras de chorar, gritar, rir e soluçar.

A criança acaba desenvolvendo mais a habilidade de se comunicar de outras maneiras: com o olhar, com as mãos, com os gestos.

O mundo do oral é um mundo mais emocional, mais sensível. Ele se conecta de forma sentimental com qualquer pessoa. O olhar do oral fala, mesmo que ele esteja totalmente calado.

Ele quer ser o centro das atenções. Ele quer sempre manter alguém olhando para ele. Tudo começa porque ele tem uma dor lá atrás (no início da vida), mas isso hoje virou um recurso dele. Hoje ele consegue atrair as pessoas.

De todos os recursos que o oral tem para oferecer, o que se pode esperar dele é o acolhimento, é a sensibilidade, é a capacidade de sentir o que o outro está sentindo e não só a capacidade de sentir, mas também se importar e mostrar que sente.

O MECANISMO DE DEFESA DO ORAL

CHORAR E COMER

O oral na dor remete a aquele momento em que a criança não sabia o que ela estava sentindo.

Aquela criança estava sentindo um desconforto lá no berço e a pessoa que cuidava dela tinha que adivinhar.

Mesmo depois de adulto, o oral pode acabar repetindo esse padrão de querer que os outros adivinhem o que é que ele está sentindo, porque, muitas vezes, ele também não sabe.

Na dor ele também vai usar os gestos, a fala, a expressão, só que é para grudar nas pessoas (para sugar algo). *“Eu estou na dor, me dê algo para me tirar daqui.”*

Só que quando você pergunta para o oral: *“O que é que você quer?”* Ele não sabe responder o que ele quer, ele só sabe que não está bom.







O oral vai usar essa capacidade que ele tem de se comunicar, essa capacidade que ele tem de se conectar para pedir, para sugar, para tentar fazer com que alguém supra essa dor que ele sente dentro de si mesmo.

Em alguns casos, quando a pessoa que está na dor não recebe atenção, ela consegue atenção da comida, ela consegue atenção do cigarro, ela consegue atenção da bebida, ela consegue atenção dos excessos.

Esse vazio existencial que o oral tem, ele tenta preencher com comida, mas é muito mais fácil preencher um oral com carinho, com afeto, com atenção, com cuidado e com reconhecimento.



Fonte: Shutterstock

| Parte do Corpo | | ORAL |
|-------------------|---|--|
| Formato da Cabeça |  | Redonda. Com a maçã do rosto cheinha. |
| Olhos |  | Olhos pequenos. Olhar que se conecta, mostra tristeza e vazio. |
| Boca |  | Grande, com lábios grossos e rosados. Formato de bico e aspecto infantil. |
| Tronco |  | Arredondado, macio e com buraco no peito. Excesso: Formato mais cheinho. Falta: Magro com sensação de energia escorrida. |
| Quadril |  | Nádegas redondas e macias. Excesso: Volumosa. Falta: Sem volume e bem escorrida. |
| Pernas |  | Mais curtas, cheinhas e macias. Joelhos para dentro com um formato de "X". |



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

O TRAÇO DE CARÁTER PSICOPATA

ENTENDENDO
O PERFIL



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 5

**ENTENDENDO
O PERFIL**

No módulo passado, falamos sobre o traço de caráter oral e é bem possível que algumas pessoas com esse traço mais acentuado, com a predominância oral, tenham inclusive chorado ao assistir os vídeos. **O traço de caráter oral tem essa conexão mais emocional com o mundo.**

Já com o traço que vamos tratar neste módulo, **emoção não é muito com essa figura, não.**

O PERÍODO DE FORMAÇÃO DO CARÁTER PSICOPATA**PRIMEIROS PASSOS**

É este o momento em que o psicopata sentiu um grande medo: o da manipulação. *“Não olham para mim sem querer algo em troca.”*

Isso acontece à partir de um ano até a faixa dos dois anos e meio de idade.

Nessa fase, a criança já não está mais tão dependente da mãe, ela já está andando por aí.

Apesar de ela não ter o controle total das pernas (para sair correndo), ela já está andando, ela já consegue buscar. Ela consegue verbalizar muito mais sobre o que ela quer. Essa interação passa a ser uma interação de bem menos dependência da mãe.

Enquanto no traço de caráter oral tem algo que chamamos de simbiose, que é a criança ser grudada com a mãe, no caso do psicopata, essa fase já tem muito mais pessoas envolvidas, porque ela consegue se afastar da mãe e buscar outras pessoas para interagir.

A REGIÃO DO CORPO QUE ESTAVA SENDO MIELINIZADA

TORÁCICA

Com a formação de novas sensações e novos caminhos neurais, a criança começa a descobrir a melhor forma para ela sobreviver neste novo ambiente (com uma nova forma de existir).

Neste período, a criança ganha controle do tronco e consegue interagir com as pessoas.

Nesta fase, o controle sobre o tronco e as partes que já foram mielinizadas vão ganhando controles mais finos. Então, se antes, a criança na fase oral estava só colocando tudo aleatoriamente na boca, a criança na fase psicopata já consegue manipular um garfo, uma colher, talvez um giz de cera, de uma forma mais controlada.

A DOR EXISTENCIAL DO PSICOPATA

MANIPULAÇÃO

Costuma ser nesse período, quando já está dando seus primeiros passos, que o psicopata se sente manipulado pela primeira vez.

Esse costuma ser o período que os pais mais gostam (e tiveram muita expectativa sobre a criança). Antes disso, a criança dependia 100% do tempo de alguém e não sabia se comunicar. Ela só chorava ou dormia praticamente o tempo todo. Não era fácil interagir com aquele bebê.

Nesta fase, a criança já interage de volta. Os pais costumam ter muita expectativa para que a criança cresça logo (para poderem interagir com ela).

“Eu gosto quando você sorri, eu gosto quando você dá cambalhota, eu gosto quando você canta parabéns, eu gosto quando você fala papai, eu gosto quando você fala mamãe, eu gosto quando você faz essas coisas, e quando você faz, automaticamente eu dou mais afeto, mais carinho e mais atenção.”

Quando os pais reconhecem a criança dessa forma, ela se sente bem. Mas, se a criança começa a entender que são somente nesses momentos em que ela recebe afeto, carinho e atenção, aí vem a sensação de manipulação.

É aqui que conseguimos entender com clareza a dor do caráter do psicopata. Às vezes ele entende que, se ele não fizer nada, ele não vai ser importante. Ele não consegue se perceber importante, única e exclusivamente, por aquilo que ele é.

Ele acha que só o que ele faz para essas pessoas é que traz algum valor para ele. Ou seja: *“Se eu não fizer nada, eu não tenho valor nenhum para essas pessoas que estão à minha volta.”*

De onde que vem essa percepção do psicopata?

É comum quando a criança faz uma gracinha, canta uma musiquinha e o pai ou a mãe ficam: *“Olha o que o meu filho fez!”*

É como se fosse um troféu: *“Vai lá, filho, faz tal coisa!”*

E como os pais costumam reagir quando o filho não quer mais fazer? *“Então está bom, vai lá brincar”.*

Nessa hora, os pais costumam deixar a criança de lado e fazer outra coisa. Isso pode até não parecer nada demais, mas quando esse tipo de situação acontece repetidas vezes, quando isso vai sendo feito de uma maneira que a criança vai entendendo que ela não é importante só por ela existir, nesse momento é que aparece a dor existencial do psicopata.

Essa é a dor que gera questionamentos assim:

“Quer dizer então que se eu não fizer nada para você eu não tenho valor nenhum?”.

“Na hora que você estava me exibindo para os seus amigos, eu era o centro das atenções, eu era o que você tinha de mais importante. O dia que eu não fiz, só porque eu estava com fome, só porque eu estava com sono, só porque eu estava cansado de fazer, você me deixou de canto”.

Então, o psicopata tem a sensação de que ele não vale nada se não estiver fazendo nada. Ele passa a perceber o mundo, a reprogramar as suas reações, de modo a fazer sempre alguma coisa.

O sistema interno da criança está registrando tudo isso no cérebro das emoções e vai entender:

“Não basta ser fofinho, carinhoso, o gostosinho da mamãe, agora eu preciso ser o herói do papai, eu preciso ajudar, eu preciso ser aquele cara dentro de casa que faz alguma coisa”.

O MECANISMO DE DEFESA DO PSICOPATA

VITIMIZAR, SEDUZIR OU MANDAR

Ao mesmo tempo que o psicopata sente que precisa fazer as coisas, existe uma outra questão que pode acontecer: *“Eu tenho que fazer algo o tempo inteiro, mas eu ainda não consigo. Eu acabei de aprender a andar. Eu não tenho capacidade de sair correndo, eu não tenho força de sustentação do meu corpo, eu não consigo fazer sozinho.”*

Nessa situação, que ele se sente manipulado, ele começa a usar as artimanhas e utilizar a nova capacidade dele de conseguir que o outro faça por ele.

A criança percebe que com uma dessas estratégias consegue o que quer.

Quais são os três caminhos que esse psicopata na dor acaba utilizando?

• Mandar - Muitas vezes ele utiliza o caminho do medo, sendo autoritário, ameaçando, se impondo para cima de outra pessoa.

• Seduzir - Ele vai seduzir a pessoa com sua forma de falar e se expressar, de maneira articulada, para que a pessoa queira fazer o que ele quer.

• Vitimizar - É comum o psicopata se colocar como vítima da situação para manipular a forma da outra pessoa reagir em relação a isso.

Foi assim que ele começou a aprender a viver e a sobreviver. Quando ele estava em evidência, as coisas funcionavam na direção dele.

O RECURSO DO PSICOPATA

NEGOCIAÇÃO

O psicopata aprendeu a interagir e negociar com as outras pessoas para conquistar o que quer.

Se ele está vivendo sem a dor, ele está vivendo neste recurso. Ele busca formas de ficar em evidência. Quando os holofotes estão virados para ele, ele vive no maior recurso dele, que é poder interagir de volta com essas pessoas, utilizando toda a sua habilidade de negociar.

Ele tem facilidade de fazer trocas, facilidade de negociar, facilidade de manipular e sabe gerenciar as expectativas que são colocadas sobre ele.

Troca e expectativa (são as 2 palavras que definem como o psicopata funciona).

Ele vive conectando coisas. Sua grande capacidade é a de articular de forma saudável para si e para todas as pessoas do ambiente em que ele convive.

Você vai ver praticidade no psicopata.

Ele vai ser extremamente prático. *“É assim? Pronto, acabou!”*

Tem uma situação ruim acontecendo? Ele vai buscar plano, pessoas, recursos e coisas para mudar essa situação.



Os psicopatas são ótimos líderes.

Existe uma coisa que fazemos questão de desmistificar: o psicopata não é o traço do mau. Essa capacidade de articular pode ser perfeitamente utilizada para acabar com a guerra ou para criar uma guerra.

Tudo depende de como é que essa pessoa está vivendo.

Se ela está vivendo na dor, ela vai ficar manipulando pela manipulação, só para devolver, só para se vingar. Se ela está bem, ela vai utilizar essa habilidade que ela tem de se conectar, de convencer, de persuadir para que os planos existam.

“QUANDO TUDO ESTÁ FUNCIONANDO NO RECURSO, TODOS OS TRAÇOS SÃO INCRÍVEIS. QUANDO ESTÁ NA DOR, QUALQUER TRAÇO É INCRIVELMENTE DESASTROSO.”

| Parte do Corpo | PSICOPATA |
|---|---|
| Formato da Cabeça  | Triangular, com a parte superior maior que a inferior e queixo pontudo. |
| Olhos  | Olhar avaliador e penetrante. Intenção de querer algo em troca. |
| Boca  | Sorriso torto com um canto da boca maior que o outro. Boca diferente do lado esquerdo e direito |
| Tronco  | Triangular, com a parte superior sempre maior que a inferior |
| Quadril  | Nádegas com pouco volume. Quadril mais largo em cima do que embaixo. |
| Pernas  | Menores em relação ao tronco, e com formato triangular. Coxas bem mais grossas que panturrilhas. |



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

O TRAÇO DE CARÁTER MASOQUISTA

ENTENDENDO
O PERFIL



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 6

**ENTENDENDO
O PERFIL**

Embora esse traço de caráter carregue consigo uma energia, uma atmosfera que ousamos dizer que é um pouco mais forte que as outras, é mais fácil você notar além do corpo, na vida, no ambiente, a energia do masoquista.

A energia do masoquista é, sim, uma energia mais densa, uma energia mais pesada.

Vamos entender de onde vem essa energia mais densa, mais fechada, mais travada. A energia mais preocupada que costuma estar presente no traço de caráter do masoquista.

O PERÍODO DE FORMAÇÃO DO CARÁTER MASOQUISTA
DESFRALDE

É este o período em que o masoquista sentiu um grande medo: o da humilhação.

“Tudo que eu faço é errado, dá merda.”

Qual é o momento desse período? Entre dois anos e meio até aproximadamente três anos e meio. O que de mais importante está acontecendo na vida da criança nessa fase? É a fase do desfralde.

A REGIÃO DO CORPO QUE ESTAVA SENDO MIELINIZADA

LOMBAR

O masoquista vai ter muito mais controle sobre as pernas e sobre os esfíncteres. Ele vai ter muito mais força nessa região do que tiveram os outros traços de caráter.

A hora que a mielinização chega nessa área, existe a possibilidade de a criança já ter controle do esfíncter anal, então ela pode conseguir segurar o cocô e o xixi. É nessa fase que, normalmente, começa o desfralde da criança. É nessa fase que os pais costumam fazer o treino do peniquinho (o treino para a criança avisar quando vai fazer cocô), para conseguir realmente se livrar das fraldas.

Lembre-se sempre que, quando a mielinização avança, atinge uma nova área, uma nova percepção de controle e sensações acontece por ali. Então quando a criança já tem essa região mielinizada, ela já tem a sensação e o controle do esfíncter anal. Um pouquinho antes ela não tem nem essa sensação e nem esse controle.

Pode ser que ela ainda não saiba que vai fazer cocô. Ela pode ainda não ter essa sensação tão apurada, nem o controle de segurar para ir ao banheiro e fazer do jeito que os adultos esperam que ela faça.

É até compreensível que muitos adultos também fiquem frustrados nessa fase. A criança que já anda, já fala, já sabe onde é o banheiro, já consegue se comunicar perfeitamente e, se você olhar por esse aspecto, é até normal aquela cobrança de: *“Poxa meu filho, por que você fez cocô? Por que você não avisou o papai? Por que você não chamou a mamãe? Por que você não avisou? Por que você não foi ao banheiro?”*

Esse tipo de situação traz uma certa decepção das pessoas que estão à volta e uma certa cobrança. E essa cobrança, quando vem para cima do traço de caráter masoquista, ele sente uma dor muito específica, que é a dor da humilhação.

A DOR EXISTENCIAL DO MASOQUISTA

HUMILHAÇÃO

O masoquista se sentiu humilhado. Ele não quer saber da intenção das pessoas, até porque as pessoas não sabem por dentro como ele funciona ou o que está acontecendo ali dentro. Ele simplesmente sente a cobrança e a decepção: *“Você já tem idade suficiente, você já sabe onde é o banheiro, você já sabe que tem que fazer cocô no vaso e não fala”*.

Quando as pessoas fazem isso, geralmente tem outras pessoas envolvidas, outros adultos, outras crianças, outras pessoas da família, às vezes outras pessoas desconhecidas, então isso vem para o masoquista com a sensação de: *“Você está tentando me humilhar”*. É a única conclusão que ele pode ter, de que quando ele faz isso, as pessoas à volta humilham ele.

Quando vem essa atenção, ela vem com uma energia diferente da atenção que ele recebia quando ele fazia qualquer tipo de gracinha. Agora a atenção vem em forma de cobrança e se ele percebe essa cobrança como humilhação do tipo *“Eu faço tudo errado”*.

É nesse momento em que ele vai criar mecanismos para se defender disso e começa a criar o recurso do masoquista.

Qual é o recurso que ela vai desenvolver?

“Na próxima vez, eu vou começar a prestar a atenção antes. Eu vou começar a dar passos menores”.

O RECURSO DO MASOQUISTA

CONSOLIDAÇÃO

O masoquista está programado, desde pequeno, para “evitar a merda”.

Ele começa a criar um processo dentro da cabecinha para segurar por mais tempo esse cocô, para não fazer do jeito errado. E conforme ele vai criando isso, ele vai começar a prestar atenção nos detalhes.

Ele começa a prestar atenção em detalhes que normalmente as pessoas não prestam atenção, mas ele se obriga a prestar atenção nesses detalhes com o objetivo de controlar a próxima “merda”.

Para o masoquista é muito importante o detalhe do detalhe do detalhe, então ele só vai dar um passo quando ele realmente tiver segurança de que aquele passo é o passo certo a ser dado.

É muito bom ter um masoquista cuidando de processos, cuidando de métodos, cuidando de procedimentos, cuidando de coisas que realmente são detalhistas.

O masoquista gosta de deixar as coisas concretas e consolidadas. Isso traz segurança, então ele busca construir ou deixar coisas sólidas.

Se você tem um masoquista ao seu lado, você vai perceber que ele solidifica as coisas, ele faz a execução das coisas, ele faz as coisas acontecerem.

Ele desenvolve uma capacidade de suportar o mundo externo, ele suporta tudo que está acontecendo no mundo à sua volta, tanto com ele quanto com as outras pessoas. O traço de caráter masoquista é o traço que carrega consigo a marca da força.

“Eu aguento, eu suporto o que ninguém suporta, eu aguento o que ninguém aguenta.”

O que é importante entender é que ele pode escolher o que aguentar. Se o masoquista não faz esse controle, ele vira um burro de carga (um capacho que todo mundo pisa e acha que está tudo bem). Quando o masoquista vira essa chave, o recurso dele vira ouro, porque é muito bom ter uma pessoa em que você possa confiar, que você possa dividir, que vai colocar a força dela à sua disposição, mas uma força de modo saudável

O MECANISMO DE DEFESA DO MASOQUISTA

SE CALAR E SE ESCONDER

O masoquista que está na dor costuma ter tanto medo de ser humilhado ou de fazer algo errado, que ele acaba se escondendo mais ainda.

“Eu só faço merda, então é melhor eu não fazer nada”.

A criança não quer mais ser criticada ou julgada. Por conta disso, ela acaba se calando e se escondendo. Ela segura muita tensão para não errar. E isso se repete, mesmo depois de adulto.

O que o masoquista mais quer é segurança.

A primeira coisa que você vai perceber na hora que você olhar para o masoquista é aquela sensação de que ele precisa se segurar o máximo possível. Você vê uma pessoa que está se segurando, se segurando, se segurando. Muitas vezes, ele parece como se fosse uma panela de pressão.

É comum você ver explosões de raiva.

Isso acontece repetidamente, muitas vezes atrelado à raiva. Ele fica se segurando tanto e se sentindo tão humilhado (tantas e tantas vezes), que ele pode acabar tendo reações que parecem até desproporcionais com aquilo que aconteceu.

O masoquista, quando explode, coloca tudo para fora. Ele coloca o que era para colocar e às vezes o que não era para colocar. É muito comum em uma discussão com a pessoa masoquista ela explodir e trazer coisas de anos e anos e anos, que nem você lembrava que tinha falado para ela. Mas ela lembrava, ela sentiu e ela guardou, ela guardou até hoje e ela sente até hoje. Quando ela coloca para fora parece exagero, mas não é exagero, é uma forma de se aliviar.

NO OUTRO EXTREMO

É comum, também, o masoquista na dor virar para o mundo e falar assim: *“Vocês estão dizendo que eu só faço merda, então eu vou fazer merda mesmo!”*

Então, ele entra em um ciclo de fazer merda e o “fazer merda” às vezes é ficar passando por cima de todo mundo. É a pessoa que está explodindo sem necessidade, as pessoas olham em volta e falam: *“Gente, por que ele está agindo dessa forma?”*. É aquele cara que precisa estar humilhando os outros: *“Já que vocês querem me humilhar, vocês vão ver do que eu sou capaz”*.

Resumindo, temos 2 tipos de masoquistas funcionando na dor:

- Aquele que fica recluso, que fica passivo ou às vezes até capacho. Ele fica escondido do mundo.
- Aquele que vai ficar na explosão, que está sempre atropelando as pessoas e, se ele não está sendo humilhado, ele está humilhando as pessoas, porque é uma forma de se defender.

Se você está junto com um masoquista e quer que ele saia da caverna, quer que ele faça alguma coisa, quer que ele tenha até mais velocidade, você precisa reconhecer e ajudar ele ao invés de só cobrar, cobrar, cobrar, cobrar. Porque se você cobra, cobra, cobra, ele fica mais ainda na dor e mais ainda ele se fecha e fica estático, ou então pode acabar explodindo.

Mensagem para o masoquista:

O que você tem que fazer é escolher o que você vai carregar, para quem você vai colocar essa força, essa confiança, essa lealdade e essa segurança à disposição. Esperamos que seja, em primeiro lugar, a seu serviço. Sirva-se antes de servir aos outros. Você tem muita força, você é confiável. Quando você está no seu recurso, você é uma peça importante para qualquer ambiente, seja ele familiar, seja ele profissional.

MASOQUISTA

Parte do Corpo

Formato da Cabeça



Quadrada e com maxilar evidente.

Olhos



Sobrelhas contraídas, levemente unidas, que mostram raiva. Olheira com bolsas embaixo. Sensação de peso.

Boca



Maxilar e lábios fechados e/ou com tensão muscular. Dentes tortos e desproporcionais. Lábio reto embaixo.

Tronco



Quadrado, com peso nos ombros e com a musculatura mais densa.

Quadril



Nádegas se fechando, com músculos mais tensionados.

Pernas



Bem grossas e com a musculatura bem dura.

[illegible]

O TRAÇO DE CARÁTER RÍGIDO

ENTENDENDO
O PERFIL



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 7

**ENTENDENDO
O PERFIL**

Chegamos à explicação do quinto e último traço de caráter que é formado nesse processo de mielinização, que molda tanto o nosso corpo quanto a nossa mente.

Você vai entender os motivos pelos quais o rígido carrega uma energia sexual a mais. Essa energia sexual traz um corpo mais harmônico e mais fluído, que acaba sendo tido como um corpo, um rosto, uma estrutura mais bonitos.

O PERÍODO DE FORMAÇÃO DO CARÁTER RÍGIDO

INÍCIO DA SEXUALIDADE

É este o período em que o rígido sentiu um grande medo: o da exclusão.

“Eu estava com toda a atenção para mim, mas me trocaram por alguém diferente de mim.”

Isso acontece entre os três anos e meio e os cinco anos, aproximadamente.

A REGIÃO DO CORPO QUE ESTAVA SENDO MIELINIZADA

SACRAL

A mielinização está chegando na região sacral, que é o final da coluna vertebral. Deste local vão sair terminações nervosas que vão inervar as regiões genitais. Isso vai trazer sensibilidade para essa área e, além disso, também vai estimular novos hormônios que vão começar a circular nesta rede sanguínea da criança.

A partir do momento que a mielinização chega ali, a criança passa a sentir uma certa sexualidade. É uma forma diferente do que os adultos sentem, mas a criança começa a sentir a presença de uma energia diferente, que não sentia antes.

Começa a existir na vida dela uma presença da sexualidade, uma presença nova de hormônios, uma noção de que as pessoas se juntam em pares.

A mãe se juntou com o pai, a tia se juntou com o tio, o avô se juntou com a avó, e a criança agora sente que precisa de um par. É nesse momento em que surge a dor existencial do rígido.

A DOR EXISTENCIAL DO RÍGIDO

EXCLUSÃO

O rígido se sentiu excluído, trocado ou traído.

O primeiro par que costuma ser formado é com os pais (menino com a mãe e menina com o pai) e, normalmente, os pais aqui cuidam dessa criança com expressões assim: *“Minha princesinha”, “Meu príncipe”, “Minha rainha”, “Você é tudo para mim”, “Você é minha vida”, “Eu cuido de você”.*

Mas esse adulto tem outras funções para executar, então quando ele fala tudo isso e depois decide sair para trabalhar, sair com os amigos ou ficar com a mãe (ou mostra que ele tem outros afazeres e outros pares que não seja só aquela criança), aquela criança fica perdida. Ela não entende isso.

Na cabeça da criança, ela ainda não tem noção de que ela não pode fazer par com o pai ou com a mãe. Ela ainda não tem essa clareza. Como resultado, ela acaba tendo um pensamento desse tipo:

“Eu acabei de receber um elogio de que eu sou o príncipe da mamãe, a princesa do papai, eu estou com essas sensações todas e de repente o meu par vai embora?!”

A dor do rígido é de se sentir trocado, excluído, traído.

“Eu fui trocado por outra coisa. Meu pai preferiu fazer outra coisa, ou minha mãe preferiu fazer outra coisa, do que ficar comigo. Ela falou que me ama tanto, mas mesmo assim foi fazer outra coisa.”

A criança acaba se sentindo a parte fraca que perdeu (que ficou de fora).

Na cabeça do rígido, ele vai fazer de tudo para ser o mais perfeito possível.

Ele quer saber o que é que ele precisa melhorar nele mesmo para poder ganhar na próxima vez. *“Na próxima vez, se eu for melhor nisso, nisso e nisso, ele vai preferir ficar comigo e não com ela.”*

O RECURSO DO RÍGIDO

EXECUÇÃO

O rígido gosta de garantir seu espaço, então ele faz de tudo para conseguir isso.

Durante o período de mielinização, todas as sinapses vão controlar o corpo de modo que ele se aperfeiçoe e consiga chamar mais a atenção. Tudo para ganhar mais notoriedade e não ficar excluído.

A transformação no corpo traz uma atratividade maior. O rígido vai ganhar um “sex appeal”. Essa beleza faz dele uma pessoa que ganha mais fácil as triangulações. Ele fica na vantagem.

Os rígidos são pessoas extremamente competitivas.

O corpo se armou para ter estatura, formato, harmonia para competir. Assim também é a mente do rígido. São pessoas prontas para a competição. São pessoas extremamente proativas. São pessoas dadas à ação.

Eles querem ganhar, são pessoas prontas fisicamente e emocionalmente para competir. E não é competir por competir, é competir para ganhar.

São pessoas muito dedicadas à perfeição.

O rígido está sempre buscando melhoria. Está em aperfeiçoamento o tempo todo. São pessoas que querem ser melhores, que estão buscando melhorar o mundo à sua volta.

E elas têm a proatividade, a intenção e a energia para executar e fazer as coisas de modo cada vez melhor.

O que esperar de um rígido então? Força, agilidade, consistência. Ele vai até o fim.

O MECANISMO DE DEFESA DO RÍGIDO

COMPETIR E CONTROLAR TUDO

A criança não quer mais ficar de lado, então compete e controla para ser a escolhida.

Se o rígido estiver na dor, ele vai ficar muito questionador e muito perfeccionista. Ele vai travar, porque ele quer a perfeição daquilo. Diferente do masoquista, que busca a perfeição para que ele não erre. O rígido busca a perfeição para ser o primeiro.

Ele também pode entrar em um excesso de autocobrança: *“Não fiz mais do que a obrigação.”*

Quando ele está na dor, a competição acaba se tornando excessiva e desgastante. Muitas vezes, ele está competindo e nem sabe com quem. Ele está tentando melhorar para agradar alguém que ele nem sabe quem é. O pensamento acaba ficando assim: *“Não posso perder da próxima vez”.*

Essa necessidade de controle, quando o rígido está na dor, consome toda a energia de vida do rígido, porque é impossível controlar todas as coisas, todas as variáveis e, especialmente, todas as pessoas.

Às vezes, o rígido quer controlar coisas que nem são controláveis. Ele quer controlar coisas como o tempo, outras coisas que não dá para controlar e às vezes ele quer controlar algo que nem está ameaçando ele. Só que, na cabeça dele, aquilo faz parte do controle.

Nesses casos, entra uma sensação de:
“Não sou bom o suficiente.”

Na dor ele quer ficar no controle sobre tudo e, mesmo estando no controle, ele não consegue ficar feliz. Ele não consegue transmitir tranquilidade. Está sempre correndo atrás para que ele cuide de tudo, mas é um sofrimento.

É comum viver dividido entre duas coisas.

Está no trabalho, pensando que deveria estar com a família.
Está com a família, pensando no momento de lazer.
Está no momento de lazer, pensando no trabalho.




Quando está na dor, ele não consegue se entregar, de verdade, para o lugar onde ele está.

Ele se esforça muito. Esse esforço é um esforço que machuca. É um esforço que dói no corpo. O rígido constantemente tem dores no corpo.

É comum perceber uma carga de insegurança muito grande, porque ele está sempre achando que pode perder (que vai perder). Ele faz um esforço enorme para parecer mais forte, mas isso custa muita energia.

Você não pode esperar vulnerabilidade. Você não pode exigir que o rígido tenha um foco exclusivo nas coisas. Você não pode exigir que ele tome decisões rápidas, porque são pessoas divididas.

**“Os rígidos costumam ser os mais bonitos e,
ao mesmo tempo, os que se acham mais feios.
São os que sofrem mais por não serem tão bonitos
quanto eles acham que deveriam ser.”**

| Parte do Corpo | | RÍGIDO |
|-------------------|---|---|
| Formato da Cabeça |  | Harmônica proporcional. |
| Olhos |  | Desenho mais harmônico e delineamento. Intenção ou conexão sedutora. |
| Boca |  | Lábios desenhados. Dentes alinhados e proporcionais, com aspecto sedutor. |
| Tronco |  | Bem articulado, com músculos e curvas bem definidas. Formato violão. |
| Quadril |  | Nádegas firmes, arrebitada, durinha e proporcional. |
| Pernas |  | Torneadas harmônicas, proporcional com desenho da musculatura aparente. |

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

IDENTIFICANDO OS TRAÇOS

ANÁLISE DO
CORPO



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 8

O TEATRO

Até aqui viemos te explicando a formação de cada um dos cinco traços de caracteres de forma isolada, porém nenhum ser humano é 100% um único traço de caráter. Todos nós passamos por essa fábrica existencial, por essa fábrica emocional, por essa fábrica biológica. Consequentemente passamos então pelas cinco etapas de mielinização. Pelas cinco etapas de novas percepções sensoriais e novas interações com esse mundo que nós vivemos, esse mundo onde as histórias reais acontecem. Histórias incríveis e histórias traumáticas.

Dentro de cada um de nós funcionam cinco “personagens” diferentes.

Um traço de caráter não consegue fazer tudo. Ele depende do outro. Para que tudo funcione, cada traço de caráter precisa cumprir bem o seu papel. O traço de caráter só vai cumprir bem o seu papel se ele estiver em um lugar que favorece o seu recurso e não a sua dor.

Vamos construir aqui uma peça de teatro e você vai perceber como os traços de caracteres isolados vão funcionar para construir uma peça de teatro exemplar.

Imagine que quem vai orquestrar toda a produção dessa peça de teatro são cinco amigos. Um esquizoide, um oral, um psicopata, um masoquista e um rígido.

Eles vão organizar toda a construção dessa peça de teatro. Considere essa peça de teatro também a empresa envolvida para que isso aconteça.



Fonte: Shutterstock

ESQUIZOIDE

ROTEIRO

Tudo vai começar pela criatividade e a capacidade imaginativa do esquizoide. Para que a peça de teatro exista, tudo começa com o esquizoide escrevendo. Ele vai escrever e esse é seu papel. Ele não vai fazer outras coisas. Ele vai criar, imaginar e construir dentro da sua cabeça.

ORAL

TRAZ O SENTIMENTO AO TEXTO E COMENTA SOBRE A PEÇA

À partir do momento em a peça de teatro está pronta, alguém vai precisar ler e sentir tudo aquilo que está escrito.

O oral é aquele que vai dar uma cor (uma sensação) para tudo aquilo e, também, vai falar para outras pessoas. O que ele vai fazer é trazer a sensação. Tirar do mundo imaginário e transformar aquilo em algo palpável.

Ele vai falar para outras pessoas e fazer a divulgação dessa peça.

PSICOPATA

VENDER A IDEIA (FINANCIAR ESSA EMPREITADA)

O psicopata pega todas essas sensações, pega o roteiro do esquizoide e vai vender essa ideia. Ele vai dar um jeito de financiar essa empreitada. Financiando a construção do teatro, financiando a obra, financiando os atores, financiando todos os bastidores, inclusive os ingressos.

Em tudo que se relaciona com vendas, o psicopata está presente. Seja vendendo a ideia de uma super empreitada, de um super teatro, de uma peça de teatro que vai ser inesquecível para a plateia, para o público e para aquela cidade onde eles estão fazendo esse empreendimento.

Esse é o grande papel do psicopata: manter o esquizoide e o oral unidos, encontrando ali uma pérola, um mundo imaginário que já ganhou vida, já tem sentido, já tem sensação. O papel dele é esse: *“Precisamos transformar isso em dinheiro”*.

Ele vai se articular para fazer isso avançar. Entretanto, no momento de execução vai faltar “perna” (capacidade de realização) nesse psicopata. E quem é que chega nesse jogo?

MASOQUISTA

CUIDAR DOS DETALHES

O masoquista é quem vai ter tudo na ponta do lápis. Ele vai saber quanto custa a hora de cada personagem, vai saber quais são os equipamentos, os materiais que precisam ser comprados. Ele vai saber quanto tem de dinheiro, vai saber quem são os contatos importantes. Tudo o que precisa ser feito para que aquilo aconteça do jeito que deve acontecer está na mão do masoquista. Ele vai fazer tudo acontecer. Coisas que as pessoas nem vão perceber. Ele vai ter detalhes, como por exemplo, o horário que o lixo precisa ser retirado, para onde vai cada lixo, onde ficam as

roupas, onde ficam os documentos, onde ficam os contratos. O masoquista sabe de tudo. Sem o masoquista o mundo imaginário do esquizoide que ganhou vida com o oral e se transformou em um negócio com a habilidade do psicopata vai por água abaixo.

O masoquista é aquele cara que traz a sustentabilidade, a constância e a organização para essa equipe de cinco amigos que querem fazer sucesso com uma incrível peça de teatro.

Depois de tudo pronto, de tudo isso que o masoquista já preparou, já organizou, já sabe certinho data, hora, sabe cada detalhe do teatro, quem é que vai subir no palco para brilhar, para encenar, para realmente trazer para o concreto tudo aquilo que foi imaginado pelo esquizoide?

RÍGIDO

SUBIR NO PALCO E BRILHAR

O rígido vai lá e vai subir no palco com prazer, porque ele adora brilhar, ele adora ter atenção e adora que as pessoas percebam o quanto ele é perfeito. Quanto mais ele entra no papel que o esquizoide criou, mais perfeito ele fica. Naquele momento, ele está sendo um personagem, está sendo alguém que ele precisa realmente se colocar no papel e brilhar como aquela pessoa.

**Essa peça de teatro se repete no nosso mundo.
Talvez você esteja sentado em uma cadeira que não é sua.
Talvez você esteja tentando desempenhar atividades
na sua vida profissional que não aproveitam os seus recursos,
ou seja, te sobra uma vida de dor, te sobra ficar tentando
o tempo todo trocar de cadeira.**

Quando tudo dá certo, é natural que a vida flua. Isso é o que nós queremos que você dê conta de fazer. Primeiro consigo mesmo, depois com as outras pessoas. Para você conseguir fazer isso, nós precisamos virar a chave nesse momento da formação.

Vamos analisar isso em um ambiente real onde esses formatos se misturam.

“A ferramenta do mapa dos caracteres irá te auxiliar a chegar na precisão dentro da sua análise.”

MAPA DOS CARACTERES

Quando tudo dá certo, é natural que a vida flua. Isso é o que nós queremos que você dê conta de fazer. Primeiro consigo mesmo, depois com as outras pessoas. Para você conseguir fazer isso, nós precisamos virar a chave nesse momento da formação.

Vamos analisar isso em um ambiente real onde esses formatos se misturam.

“A ferramenta do mapa dos caracteres irá te auxiliar a chegar na precisão dentro da sua análise.”

Às vezes, o rígido quer controlar coisas que nem são controláveis. Ele quer controlar coisas como o tempo, outras coisas que não dá para controlar e às vezes ele quer controlar algo que nem está ameaçando ele. Só que, na cabeça dele, aquilo faz parte do controle.

E nesses casos entra uma energia de um aperfeiçoamento sem fim. Um sensação de: “Não sou bom o suficiente.”

Na dor ele quer ficar no controle sobre tudo e, mesmo estando no controle, ele não consegue ficar feliz. Ele não consegue transmitir tranquilidade. Está sempre correndo atrás para que ele cuide de tudo, mas é um sofrimento.

É comum viver dividido entre duas coisas.

Está no trabalho, pensando que deveria estar com a família.

Está com a família, pensando no momento de lazer.

Está no momento de lazer, pensando no trabalho.

Quando está na dor, ele não consegue se entregar, de verdade, para o lugar onde ele está.

Ele se esforça muito. Esse esforço é um esforço que machuca. É um esforço que dói no corpo. O rígido constantemente tem dores no corpo.

É comum perceber uma carga de insegurança muito grande, porque ele está sempre achando que pode perder (que vai perder). Ele faz um esforço enorme para parecer mais forte, mas isso custa muita energia.

Você não pode esperar vulnerabilidade. Você não pode exigir que o rígido tenha um foco exclusivo nas coisas. Você não pode exigir que ele tome decisões rápidas, porque são pessoas divididas.

“Os rígidos costumam ser os mais bonitos e, ao mesmo tempo, os que se acham mais feios. São os que sofrem mais por não serem tão bonitos quanto eles acham que deveriam ser.”

“O objetivo da análise é fazer uma volta no tempo para acessar a história de cada pessoa e assim conseguir a verdade o mais rápido possível.”

Agora que você já tem um caminhar de informações dentro de você sobre o mundo emocional, sobre o mundo biológico e sobre o formato externo do corpo das pessoas, vamos começar agora a jogar um jogo sério (vamos ligar todos esses pontos).

Vamos identificar a presença e a intensidade de cada traço de caráter em cada parte do corpo de uma pessoa, para chegar a uma conclusão final de quanto ela tem de cada um dos traços.

O objetivo da nossa análise é praticamente voltar no tempo, no período em que a mielinização estava acontecendo, para entender qual a carga de cada um dos traços de caráter essa pessoa tem, porque entendendo a presença e a intensidade de cada traço de caráter na vida dessa pessoa, vamos conseguir entender o quanto ela sente cada uma dessas dores e o quanto ela pode utilizar de cada um desses recursos.

Como utilizar? A ideia é isolar cada parte do corpo (Formato da Cabeça, Olhos, Boca, Tronco, Quadril e Pernas).

Você tem dez pontos para distribuir em cada parte do corpo. Identifique quais são os traços mais marcantes em cada parte do corpo e distribua os 10 pontos entre esquizoide, oral, psicopata, masoquista e rígido.







Utilize o resumo para te auxiliar. Você já tem todo o resumo preenchido com os principais aspectos para a sua análise. Ele está logo na sequência, depois do Mapa de Caracteres.

Analise as pessoas junto com o seu resumo, para você treinar e deixar o preenchimento do Mapa de Caracteres de uma forma cada vez mais automática.

MAPA DOS CARACTERES

Análise feita para: _____







Feito por: _____ em: ____/____/____

| Parte do Corpo | E esquizoide | O oral | P psicopata | M masoquista | R rígido |
|---|------------------------|------------------|-----------------------|------------------------|--------------------|
| Formato da Cabeça  | | | | | |
| Olhos  | | | | | |
| Boca  | | | | | |
| Tronco  | | | | | |
| Quadril  | | | | | |
| Pernas  | | | | | |
| TOTAL EM PONTOS | | | | | |
| TOTAL EM % | | | | | |



RESUMO BÁSICO

PRINCIPAIS ASPECTOS DA ANÁLISE

| Parte do Corpo | E esquivoide | O oral | P psicopata | M masoquista | R rígido |
|---|--|---|--|---|---|
| Formato da Cabeça  | Grande, alongada e com a testa ressaltada. | Redonda. Com a maçã do rosto cheinha. | Triangular, com a parte superior maior que a inferior. | Quadrada. | Harmônica proporcional. |
| Olhos  | Olhar desfocado, com olhos grandes, olheiras profundas e geralmente usando óculos. | Olhos pequenos. Olhar que se conecta, mostra tristeza e vazio. | Olhar avaliador e penetrante. Intenção de querer algo em troca. | Sobrancelhas contraídas, levemente unidas, que mostram raiva. Olheira com bolsas embaixo. Sensação de peso. | Desenho mais harmônico e delineamento. Intenção ou conexão sedutora. |
| Boca  | Lábios finos e geralmente sem cor. | Grande, com lábios grossos e rosados. Formato de bico e aspecto infantil. | Sorriso torto com um canto da boca maior que o outro. Boca diferente do lado esquerdo e direito. | Maxilar e lábios fechados e/ou com tensão muscular. Dentes tortos e desproporcionais. Lábio reto embaixo. | Lábios desenhados. Dentes alinhados e proporcionais, com aspecto sedutor. |
| Tronco  | Magro, ombros e quinas ressaltadas. | Arredondado e macio e com buraco no peito. Excesso: Formato mais cheinho. Falta: Magro com sensação de energia escorrida. | Triangular, com a parte superior sempre maior que a inferior. | Quadrado, com peso nos ombros e com a musculatura mais densa. | Bem articulado, com músculos e curvas bem definidas. Formato violão. |
| Quadril  | Nádegas retas com pouco volume. Ossos da bacia bem aparentes. | Nádegas redondas, macias e caídas. Excesso: volumosa. Falta: Sem volume. | Nádegas com pouco volume. Quadril mais largo em cima do que embaixo. | Nádegas se fechando, com músculos mais tensionados. | Nádegas firmes, arrebitada, durinha e proporcional. |
| Pernas  | Bem finas, com os joelhos travados para trás. | Mais curtas, cheinhas e macias. | Menores em relação ao tronco e com formato triangular. Coxas bem mais grossas que panturrilhas. | Bem grossas e com a musculatura bem dura. | Torneadas harmônicas, proporcional com desenho da musculatura aparente. |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar na análise.

RESUMO BÁSICO

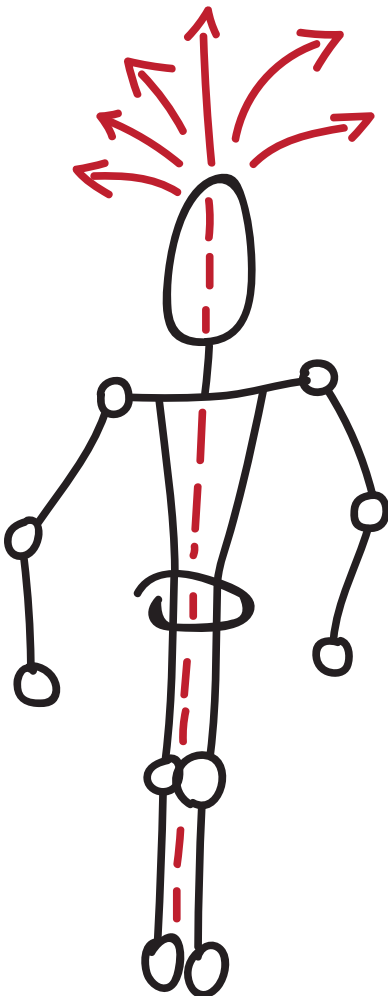
PRINCIPAIS ASPECTOS DA ANÁLISE

| Formação | E esquizoide | O oral | P psicopata | M masoquista | R rígido |
|-----------------|--|---|--|--|---|
| Momento | Gestação, parto e primeiro mês de vida. | Amamentação e desmame. 1º ano de vida* | Início da interação com o ambiente além da mãe. Entre 1 e 2,5 anos* | Desfralde. Entre 2,5 e 3,5 anos* | Surgimento da sexualidade. Entre 3,5 e 5 anos* |
| Dor | Sentir-se rejeitado. | Sentir-se abandonado | Sentir-se usado ou manipulado. | Sentir-se humilhado. | Sentir-se trocado, excluído ou traído. |
| Recursos | Criatividade, imaginação e capacidade de raciocinar. | Comunicação, sensibilidade e acolhimento. | Negociar, liderar e articular coisas e pessoas. | Suportar coisas difíceis, repetir processos e atenção a detalhes. Planejamento. | Competitividade, pró-atividade e agilidade. |

*Os períodos de formação e cada traço de caráter varia. Os valores apresentados são apenas uma estimativa aproximada que serve como referência.

MINHAS ANOTAÇÕES

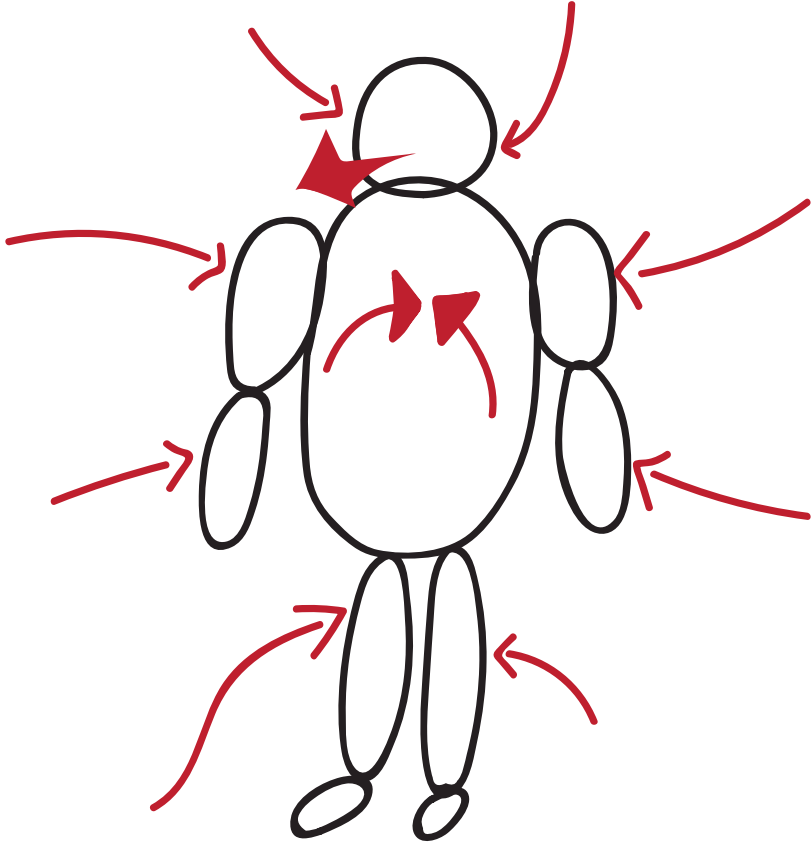
Outras Informações do caráter ESQUIZOIDE

| | | |
|--------------------------|--|---|
| Sensação abstrata | Quero ficar invisível ou escondido. |  |
| Energia no corpo | Pouca energia no corpo e muita energia na cabeça. | |
| O que esperar | Muita razão, criatividade e ideias fora do padrão. | |
| O que NÃO esperar | Contato físico, exibição de emoções e sentimento. | |
| Como estimular | Prestar atenção em suas ideias, valorizar e elogiar seu jeito de pensar. | |
| Alerta importante | Respeite ele passar mais tempo no mundo imaginário do que no real. | |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar a se relacionar bem com cada um deles.

MINHAS ANOTAÇÕES


Outras Informações do caráter ORAL

| | | |
|--------------------------|--|---|
| Sensação abstrata | Quero ficar grudado, ganhar ou dar um colo. |  |
| Energia no corpo | Pouca energia no corpo todo e a que tem escorre com facilidade. | |
| O que esperar | Muita sensibilidade, acolhimento, contato e calor humano. | |
| O que NÃO esperar | Objetividade, razão, silêncio e limites. | |
| Como estimular | Importar-se com o que ele está sentindo e oferecer acolhimento. | |
| Alerta importante | O que ele sente é importante mesmo quando ele não consegue explicar. | |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar a se relacionar bem com cada um deles.

MINHAS ANOTAÇÕES

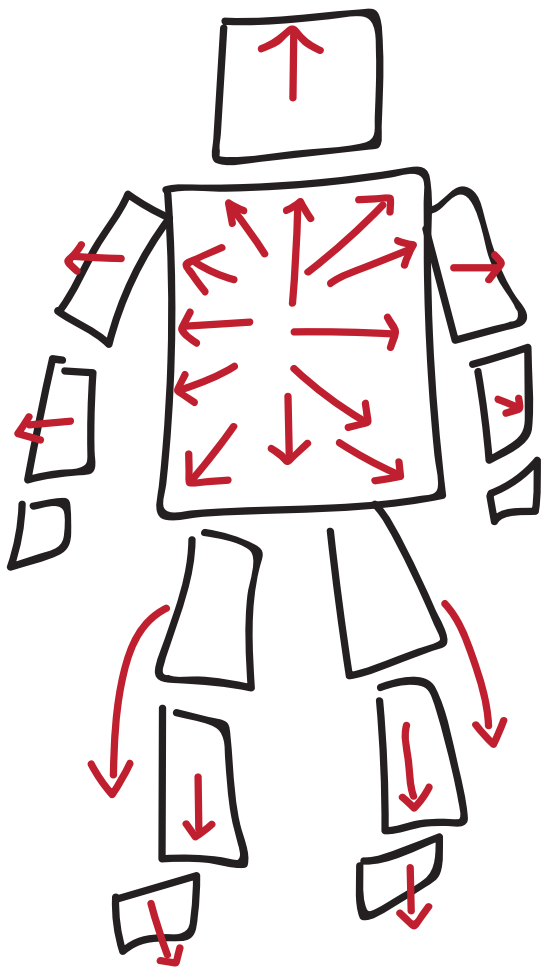
Outras Informações do caráter PSICOPATA

| | | |
|--------------------------|--|---|
| Sensação abstrata | Vou te avaliar para saber como e quando você poderá ser útil. |  |
| Energia no corpo | Muita energia do tronco para cima e pouca energia na parte de baixo. | |
| O que esperar | Planos, praticidade, capacidade de encontrar saídas. | |
| O que NÃO esperar | Sensibilidade e que ele mesmo execute seus próprios planos. | |
| Como estimular | Evidenciar a posição de poder que ele exerce e estar a serviço. | |
| Alerta importante | O fato de ele não se importar com sentimentos não quer dizer que ele seja uma pessoa má. | |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar a se relacionar bem com cada um deles.

MINHAS ANOTAÇÕES

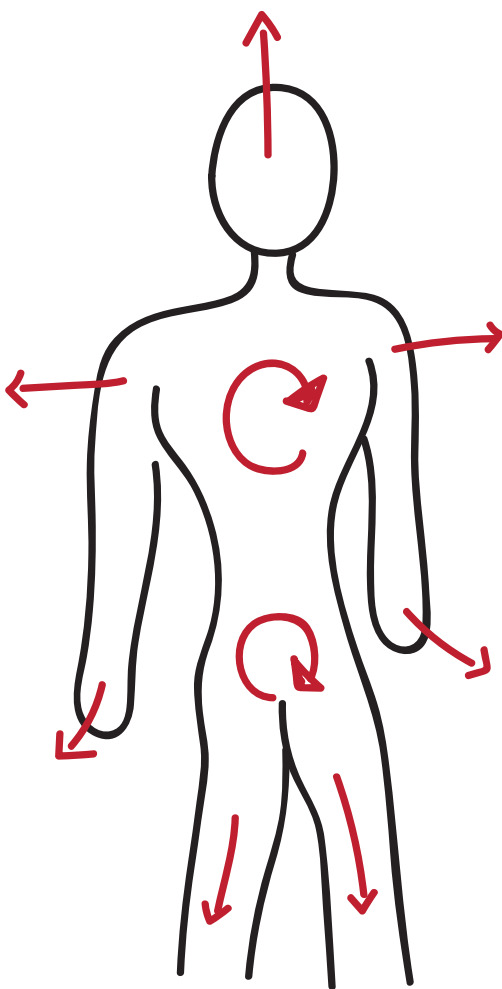
Outras Informações do caráter MASOQUISTA

| | | |
|--------------------------|---|---|
| Sensação abstrata | Preciso me segurar o máximo possível. |  |
| Energia no corpo | Muita energia acumulada no corpo todo, prestes a explodir. | |
| O que esperar | Força, cautela, atenção e cumplicidade. | |
| O que NÃO esperar | Espontaneidade, improviso e que ele exponha seus sentimentos. | |
| Como estimular | Valorizar e reconhecer sua capacidade de lidar com coisas difíceis. | |
| Alerta importante | O segredo dele está em escolher o que / de quem ele irá suportar. | |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar a se relacionar bem com cada um deles.

MINHAS ANOTAÇÕES

Outras Informações do caráter RÍGIDO

| | | |
|--------------------------|---|---|
| Sensação abstrata | As pessoas irão se encantar por mim. |  |
| Energia no corpo | Muita energia no corpo, principalmente nas pernas e no quadril. | |
| O que esperar | Força, agilidade, consistência e disposição para execução | |
| O que NÃO esperar | Decisão rápida entre duas ou mais opções e foco exclusivo. | |
| Como estimular | Deixá-lo seguro quanto a sua posição na relação construída. | |
| Alerta importante | Não é justo exigir que ele tenha que trabalhar com uma única opção. | |

Os tópicos apresentados aqui não são os únicos sobre cada traço de caráter, são apenas lembretes para te ajudar a se relacionar bem com cada um deles.

MINHAS ANOTAÇÕES

[illegible]

COMO FAZER UMA ANÁLISE CORPORAL

COLOCANDO EM
PRÁTICA



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 9

PRATICANDO

Tudo se resume à entender e praticar. Faça o máximo de análises possível, acompanhe as aulas, participe dos encontros ao vivo e exercite sempre que possível. Para isso, deixamos aqui os links, de maneira fácil de acessar, para você exercitar as suas análises.

ANÁLISE CORPORAL DOS PROFESSORES

Neste módulo, pratique sua técnica de análise corporal fazendo o download das fotos dos professores que está disponibilizada na sua área do aluno.

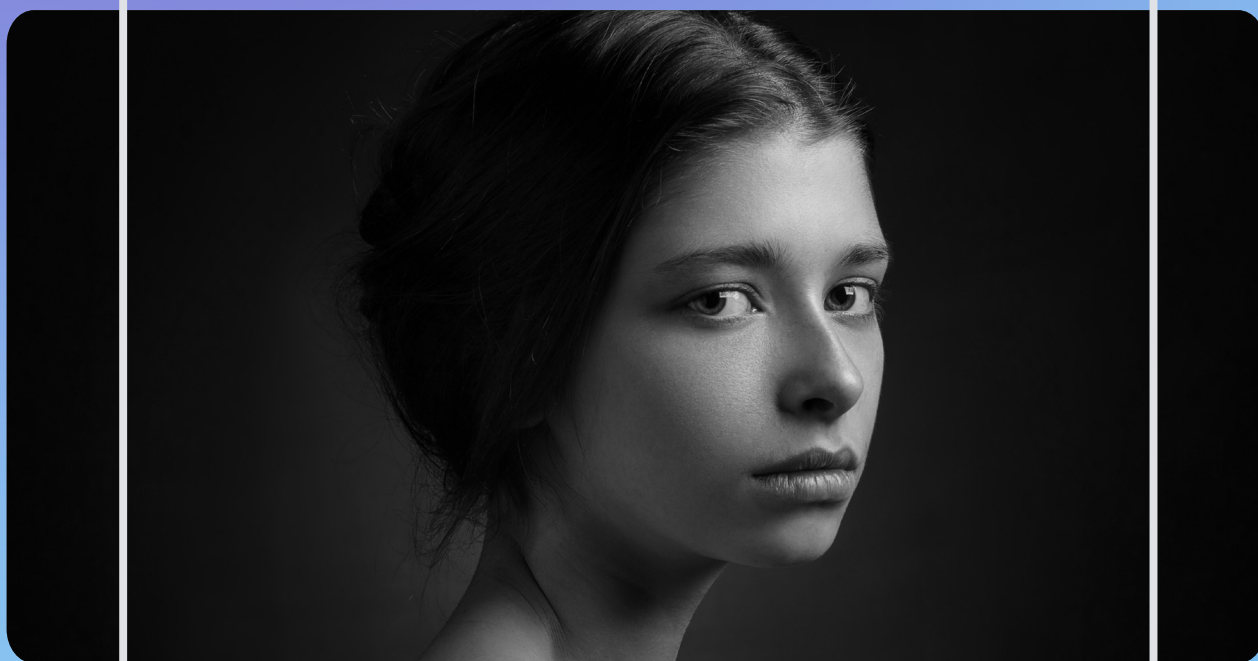
Utiliza a ferramenta do Mapa dos Caracteres disponibilizada neste módulo para inserir a sua pontuação da análise corporal de cada professor.

Depois de fazer a sua análise, assista às aulas em vídeo para entender, com detalhes, o gabarito da pontuação da análise corporal de cada professor e o motivo da distribuição da pontuação em cada parte do corpo.

Essa comparação entre o que você pontuou e o que os professores pontuaram vai ser muito importante para você entender os pontos onde você precisa afinar a sua técnica de análise corporal.

O MUNDO EMOCIONAL POR TRÁS DO GRÁFICO

ENTENDENDO O
OUTRO



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 10

EXERCÍCIO: CONFLITOS E SEMELHANÇAS ENTRE OS TRAÇOS

Faça o exercício para reforçar o seu conhecimento sobre cada um traços de caracteres: Esquizoide, Oral, Psicopata, Masoquista e Rígido.

Todos os traços têm, entre si, pelo menos 1 ponto em que eles combinam e 1 ponto em que eles entram em conflito.

Exemplos:

- Qual a característica em comum entre Esquizoide e Oral?
- Qual o conflito que pode ser gerado entre Psicopata e Masoquista?

Imagine que você está combinando esses dois traços na mesma intensidade. Você vai ter dez combinações possíveis para, realmente, poder juntar todos esses traços, tanto naquilo que eles combinam, quanto no ponto em que eles podem entrar em conflito.

Neste módulo, você irá encontrar dentro da Aula 02 - “A Arte de Entender o Outro” a ferramenta de Conflitos e Semelhanças para preencher e conseguir realizar esse exercício.

Depois de fazer essa atividade, siga para a Aula 03 - “Conflitos e Semelhanças dos Principais Picos” para comparar com as respostas que você preencheu na ferramenta.

ENGENHARIA REVERSA

Utilizar a Engenharia Reversa é uma ótima forma de exercitar e ficar cada vez mais assertivo ao fazer a análise de uma pessoa. Além de entender com muito mais facilidade que tipo de mente uma pessoa tem, quando você estiver ouvindo a história de alguém e não tiver fotos para fazer uma análise, isso também vai te ajudar a juntar os pontos (saber se aquela análise bate com a história da pessoa).

Você só vai observar o tom da conversa da pessoa.

Por exemplo: Ele está falando de muito sofrimento, do quanto ele suporta as coisas, de como as coisas foram acontecendo na vida dele e tudo é pesado? Você está vendo um masoquista na sua frente, mesmo sem ter feito a análise.

Outro exemplo: Você está vendo uma pessoa que fica se gabando só das coisas que faz. “Olha o que eu faço, olha o que eu conquisto”. Você está falando com um psicopata.

Dessa forma, você vai conseguir fazer a engenharia reversa de qualquer história que passar na sua frente. A engenharia reversa vai te ajudar a ter segurança nas análises que você fizer e vai te deixar muito mais preparado para “pegar as coisas no ar”.

Continue treinando o seu ouvido para as histórias das pessoas. Dentro da aula desse módulo em que abordamos a “Engenharia Reversa”, você vai encontrar um link para fazer um quiz analisando alguns trechos de mais músicas para você acertar qual é o traço de caráter do personagem daquela história que é apresentada na canção.

Esse é um exercício bem divertido para exercitar a sua percepção e sua capacidade de “Engenharia Reversa”.

ALINHAMENTOS E CUIDADOS PARA OS SEUS ATENDIMENTOS

Você tem um grande poder nas suas mãos. Você tem um poder de chegar na história da pessoa muito mais rápido. Você tem o poder de trazer a ferida dela à tona muito mais rápido. Então cuidado.

- 1) Não cutuque a dor do outro**
- 2) Não saia distribuindo verdades**
- 3) Não use esse conhecimento como muleta**
- 4) Cuidado com show de mágica**

A responsabilidade com o conhecimento que você está adquirindo é cem por cento sua. Então aqui foi um alerta de cuidado e um outro alerta de auto responsabilidade.

Tudo isso que você viu até agora já faz de você uma pessoa capaz de analisar e entregar para a pessoa uma saída melhor para a vida dela.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

CONHECIMENTO E PRÁTICA

PONTOS
IMPORTANTES



Fonte: Shutterstock

MÓDULO 11

INTEGRAÇÃO ENTRE TEORIA E PRÁTICA

4 dicas para você mergulhar no funcionamento e nas características de cada traço de caráter:

1) O que você está analisando

Se o assunto, por exemplo, for procrastinação, você precisa ver esse tema dentro de cada traço de caráter, como é no mundo do esquizoide, como é no mundo do oral, do psicopata, do masoquista e do rígido, como a procrastinação encaixa em cada mundo desse.

2) Com que frequência cada traço aplica isso na sua vida

Então, por exemplo, estamos falando de procrastinação. Você já tentou imaginar a procrastinação no mundo de cada um dos cinco traços e agora fica fácil para você analisar com que frequência o esquizoide procrastina, com que frequência o oral procrastina e aí você vai analisando a frequência com que aquele traço de caráter faz isso no mundo dele.

3) Analisar a intensidade de qualquer assunto que está sendo abordado

Por exemplo, a raiva. Pode ser que o esquizoide sinta raiva poucas vezes. A frequência é muito baixa, mas quando vem a raiva, a intensidade é gigantesca. O masoquista já tem a frequência daquele sentimento de raiva constantemente. É uma frequência alta e uma intensidade alta também.

4) O motivo pelo qual cada traço faz ou deixa de fazer aquilo

Se estivermos falando de raiva, de procrastinação ou de qualquer outro assunto, precisamos perceber por qual motivo cada um dos traços vai fazer daquela maneira. É muito importante analisar tanto o traço de caráter na dor quanto no recurso.

Se você raciocinar seguindo esses quatro passos, você dá conta de produzir uma resposta correta sobre qualquer tema que você for questionado.

Nós já te ensinamos como fazer a análise técnica, escaneando o corpo da pessoa, utilizando o mapa dos caracteres. Agora você vai entender como fazer isso durante uma sessão.

ETAPAS

1

Alinhar

2

Analisar

3

Devolutiva

4

Responder

5

Encaminhar

MINHAS ANOTAÇÕES

ETAPA

1

ALINHAR

1. EXPLICAR A CONDUÇÃO DA ANÁLISE

- Preparar para passar pela análise, informar que irá analisar o corpo dessa pessoa e que irá pontuar e gerar um gráfico para dar uma devolutiva.

2. BUSCAR DISCREPÂNCIAS

- Grandes conflitos, sinais de intervenções e/ou cirurgias.

3. PERGUNTAR SE ELA JÁ FEZ UMA ANÁLISE COMO ESSA

ETAPA

2

ANALISAR

4. SEGUIR O CAMINHO FÁCIL

- Encontrar evidências marcantes.
- Buscar confirmações em outras partes do corpo.

5. SUAVIZAR

- Suavizar pontuação usando informações obtidas anteriormente no alinhamento de discrepâncias.

6. OBSERVAR LATERALIDADE

ETAPA

3

DEVOLUTIVA

7. ADAPTAR SUA LINGUAGEM

- Adaptar sua linguagem de acordo com os principais traços que ela tem.

8. USE AS FERRAMENTAS

- Mostrar o que você está vendo no gráfico da pessoa, use a tabela de conflitos e semelhanças.
- Identificar qual caráter está travando a vida da pessoa.
- Explicar o motivo de ela estar na dor e como aproveitar seus recursos.
- Caso haja informações muito presentes de lateralidade, apresente essa informação explicando o impacto na vida da pessoa.

9. BUSQUE CONFIRMAÇÕES

- Pequenos gestos, trejeitos ou confirmação verbal.
- Pergunte "faz sentido para você" ou "como é para você ouvir isso tudo?"

10. DESVENDANDO AS FALAS

- Fazer a engenharia reversa das falas da pessoa para confrontar se o que ela está dizendo bate com o tipo de mente que ela tem.

ETAPA

4

RESPONDER

11. RESOLVENDO PROBLEMAS CIRCUNSTANCIAIS

- Pergunte “O que você quer que o seu corpo explique?”, só faça essa pergunta DEPOIS da devolutiva. Fato que está acontecendo agora, um problema circunstancial (algo que está acontecendo neste momento).

12. CUIDADO COM ARMADILHAS

- Tome cuidado com perguntas “armadilhas”, traga a pessoa de volta a realidade, o que podemos resolver AGORA.

13. MAPA DO CAMINHO LEVE E MAPA DO CAMPO MINADO

- Não espere que as pessoas falem coisas difíceis, coloque na mesa para que ela apenas tenha que confirmar o que você está falando, em vez de ela ter que fazer o esforço para colocar para fora.
- Apresentar pequenas mudanças que ela terá que fazer para mudar o ambiente e sair ao máximo daquele “local de dor”.

14. NÃO DESVALORIZA O PODER DE UMA RESPOSTA.

- A resposta, a clareza a explicação tem muito valor.

ENCAMINHAR

ETAPA

5

15. COMBINE

- Se possível combine a análise com outro serviço de sua especialidade, não desmereça a sua entrega, ofereça.

16. FAZER O MAPA DA DOR CIRCUNSTANCIAL

- Ajudar a pessoa a entender como sair da dor e acessar seus recursos com a ferramenta Chave Mestra montando o mapa da dor circunstancial diante do fato desconfortável que a pessoa estiver apresentando.

A CHAVE MESTRA

A Chave Mestra é uma ferramenta desenvolvida para abordar dores circunstanciais que a pessoa analisada esteja vivendo no dia a dia.

Esta ferramenta serve, basicamente, para criar uma democracia entre os traços de caracteres (partindo do princípio de que a maioria sempre ganha). É muito importante que você aprenda a fazer acordos internos para que todos os 5 traços de caracteres estejam de acordo com a solução e não fiquem brigando entre si.

Colocando em prática: Tudo começa com um fato específico, ou uma situação, que está gerando desconforto, sofrimento e/ou dor para a pessoa. O primeiro passo é identificar qual é esse fato em questão. Obs.: Busque sempre ter bastante clareza sobre o fato e entenda qual o impacto que ele está trazendo para a vida da pessoa.

O FATO EM QUESTÃO

ETAPA

1 2 3 4 5

Coloque aqui um fato específico que está gerando desconforto, sofrimento e/ou dor para a pessoa.

Depois disso, o próximo passo é transcrever as pontuações de cada um dos 5 traços de caracteres para o centro da tabela (referente à %).

| DOR | TRAÇO DE CARÁTER | RECURSO |
|--|------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Se sentir rejeitado. Como: _____ _____ | ESQUIZÓIDE _____ % | <input type="checkbox"/> Criatividade, imaginação e capacidade de raciocinar. Como: _____ _____ |
| <input type="checkbox"/> Se sentir abandonado. Como: _____ _____ | ORAL _____ % | <input type="checkbox"/> Comunicação, sensibilidade e acolhimento. Como: _____ _____ |
| <input type="checkbox"/> Se sentir manipulado. Como: _____ _____ | PSICOPATA _____ % | <input type="checkbox"/> Negociar, liderar e articular coisas e pessoas. Como: _____ _____ |
| <input type="checkbox"/> Se sentir humilhado. Como: _____ _____ | MASOQUISTA _____ % | <input type="checkbox"/> Suportar as coisas difíceis, repetir processos, atenção a detalhes e planejamento. Como: _____ _____ |
| <input type="checkbox"/> Se sentir traído. Como: _____ _____ | RÍGIDO _____ % | <input type="checkbox"/> Competitividade, pró atividade e agilidade. Como: _____ _____ |

Depois de preencher cada % de acordo com a análise corporal da pessoa, verifique como está o comportamento de cada um dos 5 traços de caracteres de acordo com o fato em questão.

Por exemplo: Na situação X, o Esquizoide está agindo na dor ou no recurso? Ele está se sentindo rejeitado ou utilizando sua criatividade, imaginação e capacidade de raciocinar?

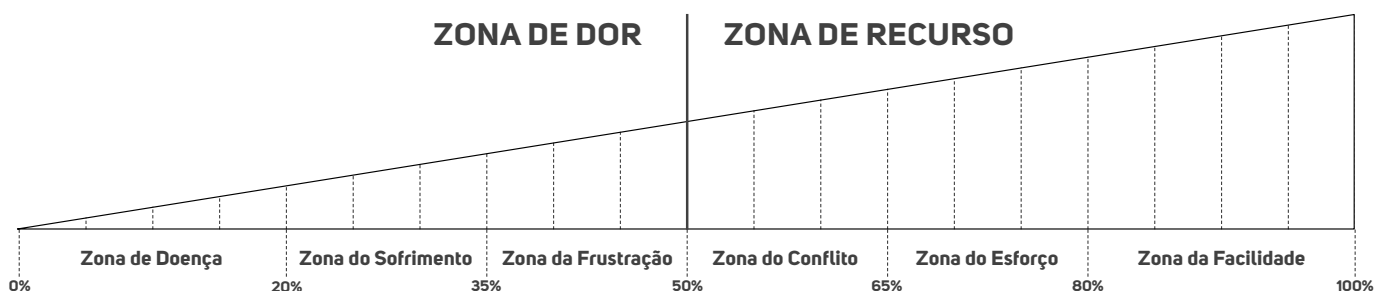
Faça esse tipo de avaliação para cada um dos 5 traços.
Utilize as habilidades adquiridas com a Engenharia Reversa. Ouça as palavras e identifique se aquele traço está na dor ou no recurso.
Faça isso passo a passo, traço por traço.
“Esse traço está jogando a favor ou ele está contra?”

Caso você esteja com dificuldade de identificar, você pode fazer perguntas.
Por exemplo, uma pergunta para identificar como o Esquizoide está reagindo:
“Diante de tal situação, você expõe ou não suas ideias?”

Se a resposta for positiva, é recurso. Se a resposta for negativa, é dor.

Faça isso com todos os traços e anote as “falas” de cada um deles.

Depois disso, o objetivo é identificar quais são as chances de essa pessoa fazer o que precisa ser feito, utilizando uma escala de 0 a 100.



O objetivo aqui é somar a pontuação da % de todos os traços que estão no recurso (apenas os que estão no recurso).

O resultado mostrará em qual dos 6 quadrantes a pessoa está em relação a aquele fato em questão: Zona de Doença, Zona de Sofrimento, Zona de Frustração, Zona de Conflito, Zona de Esforço ou Zona de Facilidade.

O ideal é quando a pessoa está com os 5 traços trabalhando no recurso a favor dela e, como resultado, ela executa as ações necessárias dentro da Zona de Facilidade.

Quando a maior parte dos traços de caracteres estão “contra”, é muito provável que a pessoa esteja na Zona de Dor.

O grande objetivo, depois de mapear todos os comportamentos, é criar planos para fazer com que cada um dos traços que estão na dor passem para o lado dos recursos.

Para isso, vamos ajudar cada um dos 5 traços a “virar a chave”.

| VIRANDO A CHAVE DO TRAÇO DE CARÁTER | | ETAPA |
|---|--|--|
| | | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| AÇÃO DE CUIDADO | TRAÇO DE CARÁTER | AÇÃO DE PROTEÇÃO |
| O que fazer para trazer esse traço para o recurso: _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ | _____ _____ % | O que fazer para manter esse traço no recurso: _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ |

Você vai fazer essa virada de chave isoladamente com cada um dos 5 traços.

Comece esta etapa preenchendo o nome do traço de caráter e a sua %.

Depois disso, se o traço estiver na dor, determine uma ação de cuidado (o que a pessoa deve fazer para trazer esse traço para o recurso).

Se o traço estiver no recurso, determine uma ação de proteção (o que a pessoa deve fazer para manter esse traço no recurso).

O objetivo dessas pequenas ações práticas é criar uma democracia entre os traços de caracteres, de forma a tirar a pessoa da Zona da Dor e levar para a Zona de Recurso.

“Você será capaz de cuidar de dores mais profundas depois que aprender a dar valor e atenção para as dores do dia a dia.”

O ideal é quando a pessoa está com os 5 traços trabalhando no recurso a favor dela e, como resultado, ela executa as ações necessárias dentro da Zona de Facilidade.

Quando a maior parte dos traços de caracteres estão “contra”, é muito provável que a pessoa esteja na Zona de Dor.



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

