

# SHADOWGRAM

OS 8 TIPOS DA SOMBRA



Conheca os 8 arquétipos da psique  
e descubra a luz e a sombra de cada um.

# OS 8 TIPOS — VISÃO GERAL

## SPARK

### O Criador

Intensidade que ilumina o mundo

- ◆ Criatividade explosiva e conexões totalmente inesperadas
  - ◆ Entusiasmo contagioso que inspira todos ao seu redor
  - ◆ Pensamento divergente — enxerga o que os outros não veem
- 
- Dispersão e grande dificuldade de concluir o que começa
  - Fuga da rotina e de tudo que parece previsível ou estável
  - Hiperatividade mental que impede um descanso real e profundo

CRIAR

## PLAYER

### O Estrategista

Visão que sempre encontra o caminho

- ◆ Eficiência natural e liderança verdadeiramente decisiva sob pressão
  - ◆ Visão sistêmica impressionante que organiza o caos em estrutura clara
  - ◆ Orientação constante a resultados concretos, mensuráveis e reais
- 
- Frieza emocional que afasta silenciosamente as pessoas mais próximas
  - Controle excessivo que sufoca a equipe e elimina a criatividade coletiva
  - Impaciência com quem processa de forma diferente ou mais lenta

EXECUTAR

## LOGIC

### O Analista

Precisão que sempre revela a verdade

- ◆ Análise absolutamente impecável e rigor intelectual sem precedentes
  - ◆ Independência mental sólida que resiste à pressão social e às modas
  - ◆ Precisão cirúrgica e elegante na resolução dos problemas mais complexos
- 
- Arrogância intelectual inconsciente que isola e ofende sem perceber
  - Hipercriticismo paralisante que impede decisões e afasta pessoas próximas
  - Distância emocional profunda que prejudica relações essenciais da vida

ANALISAR

## LEADER

### O Líder

Presença que move multidões inteiras

- ◆ Presença magnética poderosa que comanda a atenção de qualquer sala
  - ◆ Ação precisa no momento exato certo, sem hesitação ou análise paralisante
  - ◆ Energia física e carisma natural que genuinamente inspira movimento real
- 
- Impulsividade intensa que frequentemente gera consequências não planejadas
  - Vício crescente em estímulos externos, adrenalina e gratificação imediata
  - Evitação profunda e sistemática da introspecção, do silêncio e do vazio

AGIR

## STEADY

### O Construtor

Força que sustenta o que importa

- ◆ Confiabilidade absoluta — você aparece sempre, sem nunca falhar
  - ◆ Memória afetiva profunda e lealdade completamente inabalável
  - ◆ Construção paciente e sólida de algo que realmente dura no tempo
- 
- Resistência à mudança mesmo quando ela é urgente e necessária
  - Acúmulo silencioso de mágoas que jamais chegam a ser expressas
  - Perfeccionismo paralisante que impede a ação antes mesmo de começar

SUSTENTAR

## VISION

### O Visionário

Profundidade que verdadeiramente transforma

- ◆ Insight penetrante e revelador sobre padrões ocultos e conexões
  - ◆ Visão de longo prazo absolutamente única que outros não conseguem ver
  - ◆ Capacidade rara de transformar ideias abstratas em missão concreta
- 
- Isolamento mental intenso e dificuldade de comunicar a própria visão
  - Rigidize quando a realidade teima em não seguir o plano imaginado
  - Desconexão profunda do presente, do corpo e das necessidades imediatas

ENXERGAR

## HARMONY

### O Mediador

Cuidado que une o que estava separado

- ◆ Empatia profunda e genuína que cria pontes reais entre as pessoas
  - ◆ Habilidade natural extraordinária de criar harmonia em grupos tensos
  - ◆ Sensibilidade aguçada que percebe claramente o que não está sendo dito
- 
- Auto-anulação constante e exaustiva para agradar e ser aceito pelos outros
  - Dependência crônica da aprovação alheia para se sentir suficiente e inteiro
  - Manipulação emocional inconsciente praticada em nome de uma falsa harmonia

CONECTAR

## SOUL

### O Sensível

Conexão que toca diretamente a essência

- ◆ Autenticidade radical que inspira coragem genuína e profunda nos outros
  - ◆ Profundidade emocional rara e compaixão verdadeiramente singular no mundo
  - ◆ Valores internos absolutamente inquebráveis mesmo sob enorme pressão externa
- 
- Hipersensibilidade intensa que transforma críticas simples em ataques pessoais
  - Isolamento defensivo automático quando se sente profundamente incomprendido
  - Idealismo paralisante que impede qualquer ação diante da imperfeição inevitável

SENTIR

# SPARK

## O Criador

Intensidade que ilumina o mundo

CRIAR

### FUNCAO DOMINANTE

Intuição Extrovertida (Ne)

### FUNCAO INFERIOR

Sensação Introvertida (Si)

*"Eu vejo possibilidades onde os outros veem apenas obstáculos."*

### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Criatividade explosiva e conexões totalmente inesperadas
- Entusiasmo contagiente que inspira todos ao seu redor
- Pensamento divergente — enxerga o que os outros não veem

### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Dispersão e grande dificuldade de concluir o que começa
- Fuga da rotina e de tudo que parece previsível ou estável
- Hiperatividade mental que impede um descanso real e profundo

### ATIVADO POR

Novidade, liberdade total e estímulo criativo constante.

### COMPLEMENTO NATURAL

STEADY — ancora e concretiza o que o SPARK imagina

### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**O que você começou mas nunca terminou — e por que isso ainda acontece?**

#### INTEGRACAO:

Pratique completar uma coisa antes de começar a próxima. A profundidade é sua fronteira mais importante — e mais negligenciada.

Descubra seu tipo gratuitamente:

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# STEADY

## O Construtor

Força que sustenta o que importa

### SUSTENTAR

#### FUNCAO DOMINANTE

Sensação Introvertida (Si)

#### FUNCAO INFERIOR

Intuição Extrovertida (Ne)

*"Eu construo devagar — mas o que eu construo dura para sempre."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Confiabilidade absoluta — você aparece sempre, sem nunca falhar
- Memória afetiva profunda e lealdade completamente inabalável
- Construção paciente e sólida de algo que realmente dura no tempo

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Resistência à mudança mesmo quando ela é urgente e necessária
- Acúmulo silencioso de mágoas que jamais chegam a ser expressas
- Perfeccionismo paralisante que impede a ação antes mesmo de começar

#### ATIVADO POR

Segurança genuína, rotina estável e reconhecimento sincero.

#### COMPLEMENTO NATURAL

SPARK — traz novidade e expansão para o mundo sólido do STEADY

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**O que você está sustentando hoje que já deveria ter soltado?**

#### INTEGRACAO:

Permita-se experimentar o novo sem medo. A mudança não destrói o que você construiu — ela apenas o expande para além do que você imaginou.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# PLAYER



## O Estrategista

Visão que sempre encontra o caminho

EXECUTAR

### FUNCAO DOMINANTE

Pensamento Extrovertido (Te)

### FUNCAO INFERIOR

Sentimento Introvertido (Fi)

*"Se há um objetivo claro, há um caminho. E eu sempre o encontro."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Eficiência natural e liderança verdadeiramente decisiva sob pressão
- Visão sistêmica impressionante que organiza o caos em estrutura clara
- Orientação constante a resultados concretos, mensuráveis e reais

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Frieza emocional que afasta silenciosamente as pessoas mais próximas
- Controle excessivo que sufoca a equipe e elimina a criatividade coletiva
- Impaciência com quem processa de forma diferente ou mais lenta

#### ATIVADO POR

Metas claras, competição saudável e eficiência máxima garantida.

#### COMPLEMENTO NATURAL

SOUL — humaniza e dá alma verdadeira à execução poderosa do PLAYER

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**Quem você deixou para trás enquanto corria atrás dos seus resultados?**

#### INTEGRACAO:

Velocidade sem conexão real é apenas solidão disfarçada de sucesso. Invista em relações com a mesma intensidade que investe em metas.

Descubra seu tipo gratuitamente:

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# VISION

## O Visionário

Profundidade que verdadeiramente transforma

### ENXERGAR

#### FUNCAO DOMINANTE

Intuição Introvertida (Ni)

#### FUNCAO INFERIOR

Sensação Extrovertida (Se)

*"Eu já vi onde isso vai terminar muito antes de qualquer um começar."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Insight penetrante e revelador sobre padrões ocultos e conexões
- Visão de longo prazo absolutamente única que outros não conseguem ver
- Capacidade rara de transformar ideias abstratas em missão concreta

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Isolamento mental intenso e dificuldade de comunicar a própria visão
- Rigidez quando a realidade teima em não seguir o plano imaginado
- Desconexão profunda do presente, do corpo e das necessidades imediatas

#### ATIVADO POR

Propósito profundo, mistério intelectual genuíno e profundidade real.

#### COMPLEMENTO NATURAL

LEADER — age no presente exato onde o VISION apenas contempla

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

***Sua visão está servindo à vida real — ou está sendo usada para escapar dela?***

#### INTEGRACAO:

Traga sua visão para o presente com urgência. Uma ação concreta hoje vale infinitamente mais que mil insights guardados apenas para você.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# LOGIC



## O Analista

Precisão que sempre revela a verdade

### ANALISAR

#### FUNCAO DOMINANTE

Pensamento Introvertido (Ti)

#### FUNCAO INFERIOR

Sentimento Extrovertido (Fe)

**"Se não faz sentido lógico e verificável, simplesmente não merece atenção."**

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Análise absolutamente impecável e rigor intelectual sem precedentes
- Independência mental sólida que resiste à pressão social e às modas
- Precisão cirúrgica e elegante na resolução dos problemas mais complexos

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Arrogância intelectual inconsciente que isola e ofende sem perceber
- Hipercriticismo paralisante que impede decisões e afasta pessoas próximas
- Distância emocional profunda que prejudica relações essenciais da vida

#### ATIVADO POR

Problemas genuinamente complexos, autonomia total e precisão intelectual.

#### COMPLEMENTO NATURAL

HARMONY — conecta o LOGIC ao universo humano e emocional ao redor

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**O que a sua lógica absolutamente perfeita ainda não conseguiu resolver ou alcançar?**

#### INTEGRACAO:

Nem toda verdade importante é racional ou verificável. Deixe o coração participar da equação — ele também tem razão, e frequentemente a mais importante.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# HARMONY



## O Mediador

Cuidado que une o que estava separado

**CONECTAR**

### FUNCAO DOMINANTE

Sentimento Extrovertido (Fe)

### FUNCAO INFERIOR

Pensamento Introvertido (Ti)

*"Eu já sinto o que você está sentindo antes mesmo de você abrir a boca."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Empatia profunda e genuína que cria pontes reais entre as pessoas
- Habilidade natural extraordinária de criar harmonia em grupos tensos
- Sensibilidade aguçada que percebe claramente o que não está sendo dito

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Auto-anulação constante e exaustiva para agradar e ser aceito pelos outros
- Dependência crônica da aprovação alheia para se sentir suficiente e inteiro
- Manipulação emocional inconsciente praticada em nome de uma falsa harmonia

#### ATIVADO POR

Conexão genuína e profunda, harmonia coletiva e pertencimento verdadeiro.

#### COMPLEMENTO NATURAL

LOGIC — traz estrutura e clareza necessária ao mundo emocional do HARMONY

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

***O que você jamais pediu para si mesmo com medo de parecer egoísta aos outros?***

#### INTEGRACAO:

Cuidar genuinamente de si mesmo não é egoísmo — é a base e a fonte de todo cuidado verdadeiro e sustentável que você oferece ao mundo.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# LEADER



## O Líder

Presença que move multidões inteiras

AGIR

### FUNCAO DOMINANTE

Sensação Extrovertida (Se)

### FUNCAO INFERIOR

Intuição Introvertida (Ni)

*"Enquanto você ainda está planejando com cuidado, eu já estou lá."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Presença magnética poderosa que comanda a atenção de qualquer sala
- Ação precisa no momento exato certo, sem hesitação ou análise paralisante
- Energia física e carisma natural que genuinamente inspira movimento real

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Impulsividade intensa que frequentemente gera consequências não planejadas
- Vício crescente em estímulos externos, adrenalina e gratificação imediata
- Evitação profunda e sistemática da introspecção, do silêncio e do vazio

#### ATIVADO POR

Ação imediata e concreta, risco calculado e impacto visível no mundo real.

#### COMPLEMENTO NATURAL

VISION — oferece direção e propósito real à energia poderosa do LEADER

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**Para onde exatamente você está correndo — e do que você está realmente fugindo?**

#### INTEGRACAO:

O maior e mais difícil desafio do LEADER é aprender genuinamente a parar. O silêncio também é força — e muitas vezes é a maior sabedoria disponível.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis



# SOUL

## O Sensível

Conexão que toca diretamente a essência

### SENTIR

#### FUNCAO DOMINANTE

Sentimento Introvertido (Fi)

#### FUNCAO INFERIOR

Pensamento Extrovertido (Te)

*"Eu simplesmente não consigo ser o que não sou. Nunca consegui — nunca vou."*

#### ◆ LUZ — Seus pontos fortes

- Autenticidade radical que inspira coragem genuína e profunda nos outros
- Profundidade emocional rara e compaixão verdadeiramente singular no mundo
- Valores internos absolutamente inquebráveis mesmo sob enorme pressão externa

#### ■ SOMBRA — Padrões inconscientes

- Hipersensibilidade intensa que transforma críticas simples em ataques pessoais
- Isolamento defensivo automático quando se sente profundamente incompreendido
- Idealismo paralisante que impede qualquer ação diante da imperfeição inevitável

#### ATIVADO POR

Autenticidade absoluta, profundidade genuína e propósito de vida verdadeiro.

#### COMPLEMENTO NATURAL

PLAYER — executa e concretiza no mundo real o que o SOUL sonha e sente

#### PERGUNTA DE CRESCIMENTO

**Onde você está se escondendo hoje para garantir que não vai ser magoado novamente?**

#### INTEGRACAO:

Sua sensibilidade extraordinária é seu maior superpoder — não sua fraqueza ou seu fardo. O mundo precisa dela muito mais do que você imagina ou acredita.

**Descubra seu tipo gratuitamente:**

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis

# Qual é o seu tipo?

• Faça o teste gratuito agora

[shadowstrengths.github.io/shadowgram](https://shadowstrengths.github.io/shadowgram)

Teste gratuito • Resultado em 3 minutos • 8 tipos disponíveis