

Empieza tu viaje al autoconocimiento y la comprensión de los demás



EXPERTO EN ENEAGRAMA

«Experto en Eneagrama» es un programa de **autoconocimiento** y **psicología de la personalidad** codirigido por Alberto Peña Chavarino y Laura Ramírez, profesionales acreditados por la IEA – International Enneagram Association



AUTOGNOSIS®

AUTOGNOSIS®

La escuela donde aprenderás a poner el
«AutoConocimiento (*AutoGno-*) en Acción (*-sis*)»

AutoGnosis® es un Centro de Psicología General Sanitario
registrado en el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid;
nuestros profesores están acreditados por la *International
Enneagram Association (IEA)*; nuestros cursos de formación
certificados de Eneagrama los impartimos de forma virtual.

Tel / Whatsapp: **+34 623 148 391**

Email: escuela@autognosis.com

Web: <http://www.AutoGnosis.com>



«EXPERTO EN ENEAGRAMA»

es una de las pocas formaciones ONLINE acreditadas
en España e Hispanoamérica por la prestigiosa IEA
-INTERNATIONAL ENNEAGRAM ASSOCIATION-

100%
ONLINE

Desde el año 2012, Alberto ha impartido el programa «Experto en Eneagrama»; más de 1.500 alumnos han cursado esta formación acreditada por la *International Enneagram Association*.

- ✓ **100** horas de formación repartidas en:
+ 50 h. de clases en directo por Zoom
+ 50 h. de teoría en vídeos en aula virtual
- ✓ **23 sesiones** durante **20 semanas**.
- ✓ **2 horas de clases prácticas semanales:**
los LUNES de 20h a 22h (hora España)
- ✓ **2 ediciones al año:** septiembre y febrero
- ✓ **DIPLOMA CERTIFICADO** por la IEA.
- ✓ **Precio: 990€.** Puede pagarse en plazos.



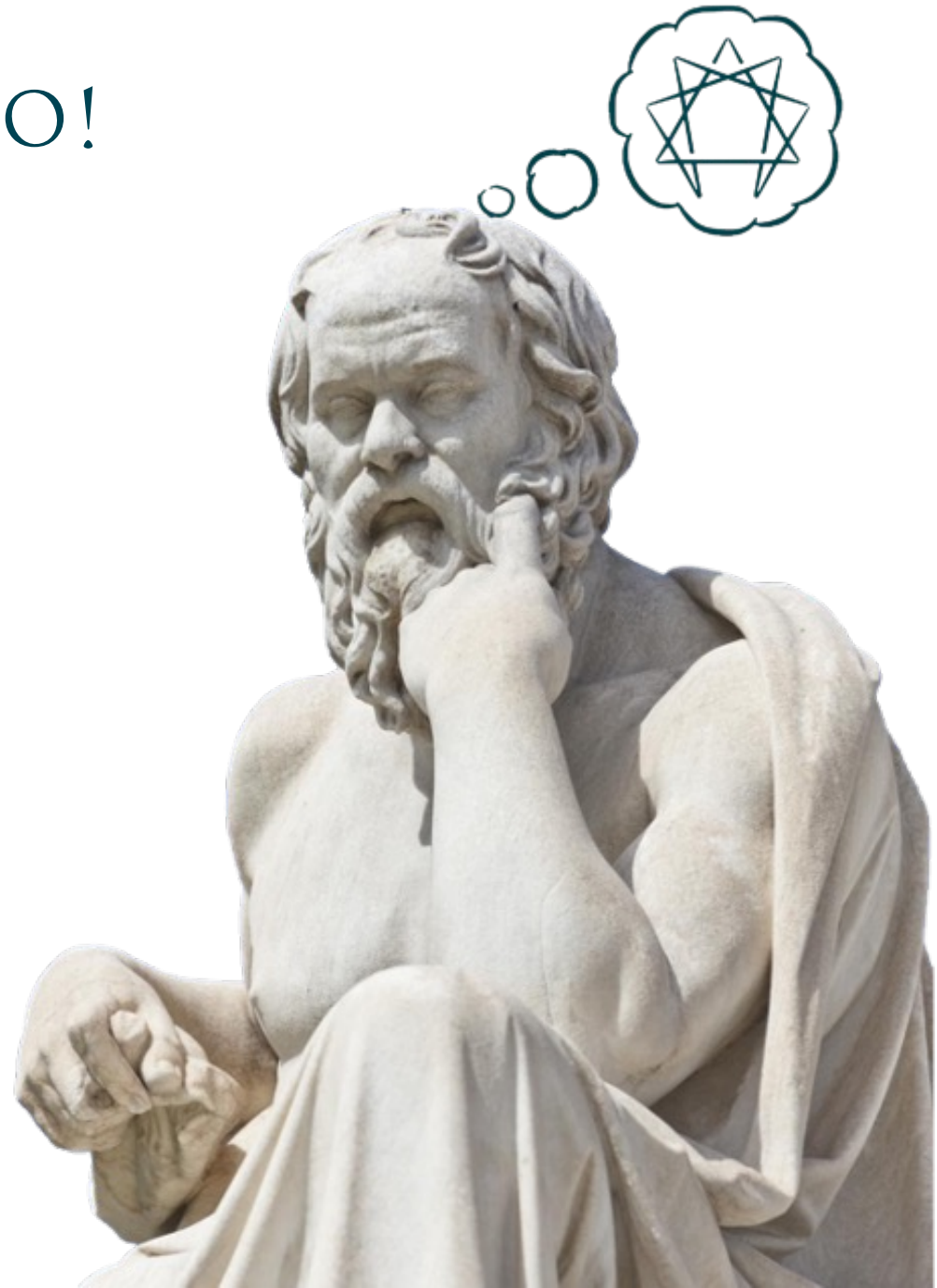


¡CONÓCETE A TI MISMO!

Los antiguos filósofos griegos nos advirtieron que si queremos ser felices tenemos que empezar por conocernos a nosotros mismos.

Sócrates decía que la sabiduría comienza por reconocer con humildad la propia ignorancia; y que para avanzar en nuestro desarrollo personal necesitamos dedicar un tiempo a reflexionar cómo somos y vivimos la vida.

Si Sócrates hubiera conocido el eneagrama, seguro que lo habría recomendado como el mejor sistema para conocerse, progresar e iniciar un cambio.



¿QUÉ ES EL ENEAGRAMA?



Una **guía**
para la auto-
superación



Una **brújula**
para tomar
decisiones



Unas **lentes**
para ver con
claridad



Un **timón**
para el
autocontrol



Un **manual**
de vida y
relaciones



Un **mapa**
de **ruta** para
el progreso



Probablemente el Eneagrama es el sistema de clasificación de 9 tipos de personalidad más preciso que existe, y el más útil para usarlo en el desarrollo personal y profesional

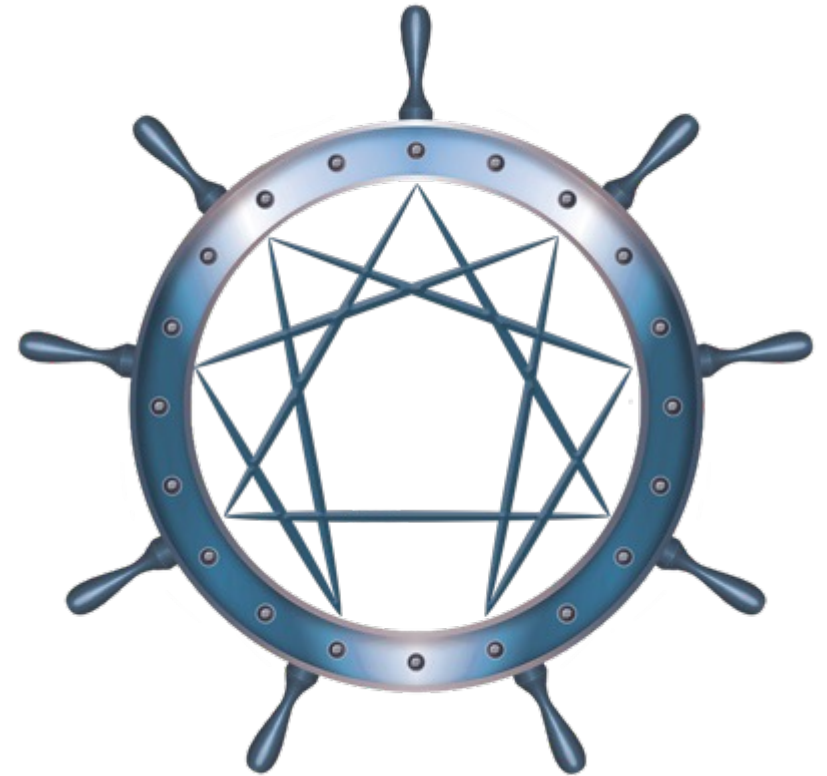
PON RUMBO AL VIAJE DEL AUTOCONOCIMIENTO

*«Para un velero sin puerto,
cualquier viento es bueno»*
(Séneca)

Si no te conoces y no entiendes tu tipo de personalidad, puedes pasar años perdido e insatisfecho, dando vueltas desorientado sin saber realmente quién eres, ni adónde ir

Comprender tu forma de ser te dará la claridad mental necesaria para tomar decisiones adecuadas y poner un rumbo firme en tu vida.

El Eneagrama será como un timón para navegar por tu mundo interno y tu mundo externo.



RE-CONÓCETE CON EL ENEAGRAMA

El Eneagrama te ayudará a sacar tu potencial descubriendo tus mejores habilidades, talentos y virtudes.

Saber quién eres supondrá para ti un verdadero salto cuántico a nivel personal y profesional.

El autoconocimiento consiste en adquirir un sano *auto-concepto* o *auto-imagen*, de manera que te sirva para vivir de manera adaptativa a tu naturaleza.

Después de comprender el Eneagrama, tu forma de verte a ti mismo, ver el mundo y a los demás, nunca volverá a ser igual.



REDISEÑA TU VIDA CON ENEAGRAMA

1º COMPRENDER TU PASADO

Tomar conciencia de dónde vienes y cuáles han sido los patrones de tu personalidad que más han influido positiva o negativamente en ti.

2º CAMBIAR TU PRESENTE

Hay cosas de tu personalidad que no puedes cambiar y otras que sí puedes cambiar; la clave está en discernir y canalizar tus energías.

3º DISEÑAR TU FUTURO

El autoconocimiento tiene que servir para clarificar tus valores, forjar una sólida identidad y un sentido de propósito en la vida.



ALBERTO PEÑA
CHAVARINO

Director de la escuela
Psicólogo Gral Sanitario
Nº Colegiado: M-33062



«CONOCE A LOS DEMÁS COMO A TI MISMO»

El autoconocimiento no es un proceso en solitario, sino social; para conocerte a ti mismo tienes que entender a los demás.

La gente nos ayuda a descubrirnos haciendo de espejo de nuestros puntos ciegos y talentos ocultos.

Sabemos por experiencia que la mejor manera para conocerse y aprender eneagrama es en grupo.

Se aprende a identificar a los 9 eneatis tipos correctamente a través de la interacción con compañeros que ya están bien identificados.



TE FORMARÁS CON PROFESORES ACREDITADOS



TENDRÁS APOYO INDIVIDUALIZADO Y GRUPAL

En el precio del programa está incluida
1 TUTORÍA INDIVIDUAL GRATIS
al inicio del curso (¡valorada en 100€!)

Durante el programa tendrás libre acceso
a nuestro Aula Virtual donde accederás
al foro interno donde podrás interactuar
con el resto de los alumnos del curso.

Harás muchas dinámicas grupales
para profundizar en la identificación
de tu personalidad y la de los demás

Recibirás información detallada de los
contenidos del curso semanalmente
por email, whatsapp y el Aula Virtual.

LAURA RAMÍREZ
Jefa de Estudios
Terapeuta y Coach
Eneatipo 4



ÚNETE A LA PRÓXIMA TRIPULACIÓN DE ENEAGRAMANAUTAS

Desde el año 2012 han pasado por
nuestros cursos cientos de alumnos
de los programas acreditados:
«Experto en Eneagrama» y
«Máster en Eneagrama & Coaching»

EL PROGRAMA VIRTUAL «EXPERTO EN ENEAGRAMA» 100% ONLINE

- Antes nuestro programa era presencial en Madrid, pero ahora es totalmente **online**;
- Consta de 23 sesiones durante 20 semanas;
- las clases grupales se imparten en directo los **lunes** de **20h a 22h** (hora de España);
- toda la teoría está grabada en vídeo.



ANTES



AHORA

HEMOS CREADO LA FORMACIÓN DE ENEAGRAMA QUE SE PARECE A UNA SERIE DE NETFLIX

Nuestros alumnos dicen que hemos creado el «Netflix del Autoconocimiento» porque nuestras clases son muy dinámicas, entretenidas, divertidas y participativas.

Nuestro método pedagógico combina clases grupales en directo a través de zoom con lecciones grabadas en vídeo en nuestro aula virtual.

También tendrás ejercicios en pareja y en grupo, para que puedas interactuar con alumnos de toda España, Europa y América.

CLASES
GRUPALES
EN DIRECTO



LECCIONES
GRABADAS
EN VÍDEO



CLASES SEMANALES POR ZOOM

Son 21 clases en directo semanales de 2 horas, de 20h a 22h (hora española)

CLASES GRUPALES SEMANALES

Las clases en directo son los **LUNES de 20h a 22h** (Hora de España) se imparten a través de la plataforma ZOOM, puedes acceder a ellas desde tu teléfono móvil, tablet o PC.

16 LECCIONES + 5 CLASES MAGISTRALES

El «Experto» son **4 módulos** estructurados en **4 lecciones semanales**. Se añaden **5 clases magistrales** para introducir la aplicación práctica del Eneagrama en el Coaching, en Terapia, con la Morfopsicología, las relaciones de pareja y la filosofía (Estoicismo). A estas 21 sesiones lectivas hay que sumarle la sesión de presentación y cierre del curso (**23 sesiones en total**).

+ 100 HORAS DE FORMACIÓN

Tendrás **50 horas de clases PRÁCTICAS** en directo (webinars por ZOOM) y más de **50 horas de clases TEÓRICAS** grabadas en vídeo en nuestra aula virtual durante **20 semanas (5 meses)**.

MATERIALES DE APOYO

El precio incluye **los materiales del curso en formato digital**: manuales, apuntes, fichas y artículos de Eneagrama. Y también dispondrás de la documentación que tenemos en nuestra base de datos digital: libros e-book, fichas, vídeos... Todos los materiales los tendrás siempre disponibles en el aula virtual, y podrás acceder a ellos por la web o a través de nuestra APP.



¡GRABAMOS LAS CLASES PARA QUE NO TE PIERDAS NADA!

Las clases grupales semanales de 2 horas se grabarán, así no tendrás que preocuparte si no puedes asistir a alguna clase en directo, ya que podrás ver luego la grabación en el aula virtual.

DINÁMICAS EN GRUPO Y PAREJA

Durante el curso habrá **ejercicios en pareja, tutorías grupales online por eneatis y lecciones magistrales extra... sorpresa!**



EXPERTO EN ENEAGRAMA

Un programa de Autoconocimiento y Desarrollo Personal
diseñado por Alberto Peña Chavarino y acreditado por:



International
ENNEAGRAM
Association

PROGRAMA «EXPERTO EN ENEAGRAMA»

Está estructurado en 4 módulos (con 4 temas cada uno) y 5 clases magistrales extra de aplicación práctica del Eneagrama

4 MÓDULOS



FUNDAMENTOS DEL ENEAGRAMA

Identificación correcta
de los 9 eneatispos



INSTINTOS & ENEAGRAMA

Psicobiología de
los 27 subtipos



PSICOLOGÍA DEL ENEAGRAMA

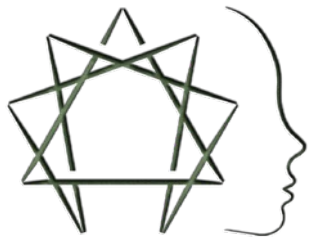
Sistemas de Creencias,
Inteligencias y Flechas



RELACIONES & ENEAGRAMA

Comunicación eficaz
con los 9 eneatispos

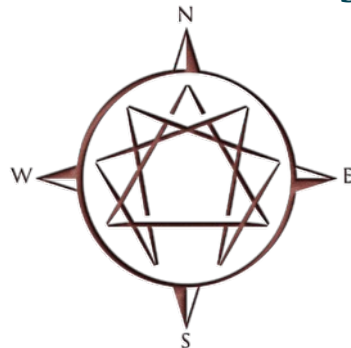
5 CLASES MAGISTRALES



MORFOPSICOLOGÍA & ENEAGRAMA

Psicología facial para identi-
ficar mejor a los 9 eneatispos

Por Benoit Corman



COACHING & ENEAGRAMA

Cómo orientar a los eneatispos
en su vida y su carrera

Por Rafael Martínez



ESTOICISMO & ENEAGRAMA

Filosofía práctica de vida y
liderazgo con los 9 tipos

Por Luis López



PSICOTERAPIA & ENEAGRAMA

Terapia de AutoGnosis
con los 9 eneatispos

Por Ana Millán



RELACIONES DE PAREJA

El eneagrama en el
amor y la intimidad

Por Cristina Moreno

PREPARACIÓN PREVIA

SUMÉRGETE EN EL AUTOCONOCIMIENTO

*«Aquí empieza tu viaje de autognosis
a través del Eneagrama»*





1ª FASE: CURSO DE INTRODUCCIÓN AL AUTOCONOCIMIENTO CON EL ENEAGRAMA

Empieza a conocerte desde el inicio de tu *alistamiento*

Desde el momento que hagas la matrícula en el curso te enviaremos un pack de **vídeos artículos, fichas y apuntes de eneagrama** en formato digital. ¡El curso de eneagrama empieza en el momento que te inscribas!



2ª FASE: TEST DE PERSONALIDAD Y AUTOANÁLISIS

Tómate un tiempo para analizar cómo eres y cómo vives

Te propondremos tomarte un **momento de reflexión** para hacer un **test de personalidad** y rellenar un cuestionario para pensar sobre el **momento vital en el que te encuentras** y evalúes las diferentes áreas de tu vida.



3ª FASE: SESIÓN DE PRESENTACIÓN DEL NUEVO ENEA-GRUPO

Conoce a tus compañeros de viaje

Una semana antes del inicio del curso participarás en una **sesión de presentación** con los nuevos alumnos y con los profesores; así conocerás a los compañeros con los que compartirás este viaje apasionante de 5 meses.





Veremos diferentes perspectivas de entender el Eneagrama, manteniendo nuestro enfoque racional, práctico y positivo.

Romperemos con algunos mitos y prejuicios hacia los 9 eneatis.

Advertiremos de las dificultades cognitivas que tenemos las personas a la hora de identificar nuestro eneatis y el de los demás.

0.1 INTRO AL AUTOCONOCIMIENTO CON EL ENEAGRAMA

- «El viaje al Autoconocimiento»: la importancia de la psicología y la filosofía.
- «Psicología del Autoconocimiento»: autoconcepto (autoimagen) y autoestima.
- «¿Por qué somos como somos?»: ¿el eneatis se hace o se nace? ¿se puede cambiar?
- «Individualidad humana»: para entender tu eneatis tienes que conocer tu biología.
- «Estructura del Eneagrama»: círculo, alas, flechas, triángulo central y la hexada.
- «9 maneras de vivir»: experiencias vitales de autodescubrimiento (testimonios).
- «Mitos del Eneagrama»: prejuicios, diferentes teorías y perspectivas de Eneagrama.
- «Escepticismo ante el Eneagrama»: ¿funciona realmente? ¿tiene respaldo científico?
- «Orígenes del Eneagrama y otras escuelas»: el innovador método de AutoGnosis.
- «Axiomas de los EneagramaNautas»: principios filosóficos de excelencia humana.
- «Aviso a los Navegantes»: claves importantísimas para utilizar bien el Eneagrama.

0.2 TEST DE PERSONALIDAD

- «Test de Eneagrama» cómo realizar el test y saberlos interpretar adecuadamente.
- «Tipos de test psicológicos» cómo funcionan los test de personalidad y su validez.
- «¿Qué eneatis soy?»: 3 grandes dificultades a la hora de identificar los eneatis.
- «Dificultades al comprender el Eneagrama»: ¿Por qué al inicio cuesta identificarse?
- «Claves para la Autoidentificación»: en qué aspectos hay que fijarse y cuáles no.

0.3 SESIÓN DE PRESENTACIÓN DE LOS ALUMNOS

En este primer día de reunión virtual a través de Zoom nos reuniremos todos los nuevos alumnos y también los profesores del curso. Será una primera toma de contacto y una manera de romper el hielo para conocer a los compañeros de diferentes eneatis.

MÓDULO 1º

FUNDAMENTOS DEL ENEAGRAMA

*«Cómo identificar correctamente a los 9
eneatipos comprendiendo sus cogniciones de
la realidad y sus oscilaciones psicológicas»*





LA CLAVE PARA ENTENDER TU TIPO DE PERSONALIDAD ES IDENTIFICAR LO QUE MÁS TE MOTIVA Y DESEAS EN LA VIDA

«En este primer módulo aprenderás a identificar con claridad los 9 eneatis del Eneagrama a través de comprender con profundidad su psicología y sus 9 formas de ver el mundo»

Así explicaremos el «enea-verso» de las 9 visiones del mundo:



COMPRENDIENDO EL ENEAGRAMA

El objetivo del primer módulo «Fundamentos del Eneagrama» es ayudarte a **identificar correctamente tu eneatis** (normalmente los alumnos o no se han identificado todavía o lo han hecho mal) y aprender a identificar correctamente el eneatis de los demás.

Se trata de un módulo importantísimo, **porque la clave para entender bien el eneagrama es volviendo siempre a los fundamentos psicológicos de los 9 eneatis**: cómo es su forma de pensar y de entender el mundo; cómo ven la realidad, cómo funciona su mente, sus creencias, emociones, hábitos, cómo es su forma de comunicarse y relacionarse en el amor, familia y trabajo.

EL «ENEA-VERSO»

Alberto explicará el Eneagrama como un auténtico enea-verso: cada uno de los 9 tipos de personalidad tiene una cosmovisión cognitiva que le hace percibir el mundo de manera diferente; esta visión subjetiva del mundo genera en cada eneatis una motivación básica principal (un deseo y aversión emocional), un sistema de creencias y una serie de hábitos conductuales.

LAS 2 TEORÍAS NOVEDOSAS DE ALBERTO:

Alberto expondrá sus dos teorías psicológicas basadas en su investigación y experiencia terapéutica que te ayudarán a comprender mejor el funcionamiento de tu eneatis:

- La Tª de la pirámide de la personalidad ©
- La Tª del péndulo de la personalidad ©



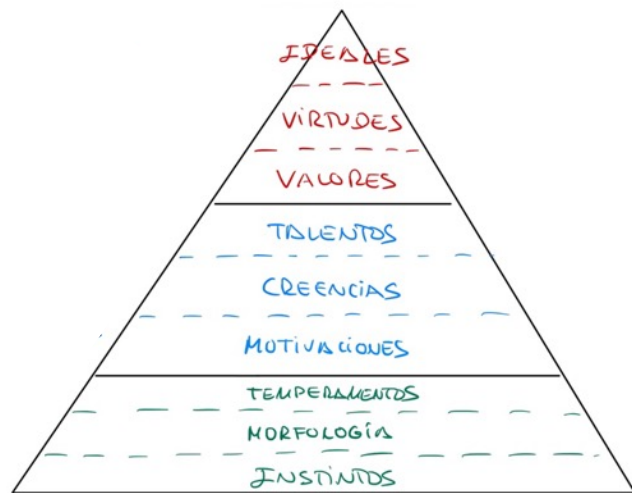
LAS 2 TEORÍAS NOVEDOSAS DE ALBERTO:

PIRÁMIDE DE LA PERSONALIDAD ©

Los 9 niveles del desarrollo personal, diseñado por Alberto

En la 1ª semana Alberto expondrá los resultados de 6 años de investigación universitaria sobre el modelo *psicobiosófico* © de la personalidad; ofrecerá un marco conceptual de explicación de la personalidad en forma una **pirámide de 9 niveles neurológicos**, donde explicará los pasos que daremos durante el curso para trabajar en las diferentes áreas de nuestro desarrollo personal.

Este modelo de crecimiento personal asocia el Eneagrama, con los Instintos y la Morfopsicología en forma de una «**pirámide estructurada en 9 niveles de desarrollo**», que será el mapa de ruta que usaremos durante los programas Experto y Máster.

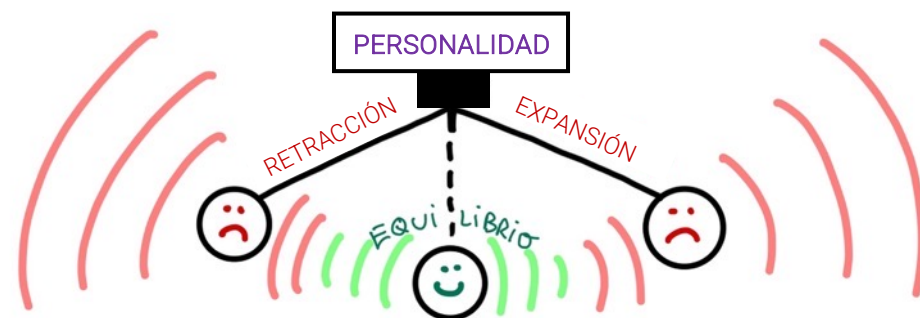


PÉNDULOS DE LOS 9 ENEATIPOS ©

La teoría de la «EneAntiodromía ©» de Alberto

Alberto expondrá su novedosa teoría de la **«EneAntiodromía ©»** o «los péndulos de los 9 eneatispos» para entender las oscilaciones polares cognitivas de cada eneatispo como efecto resultante de la Ley natural de la Expansión y la Retracción.

Descubrirás que esta forma de entender a los eneatispos dentro de un **continuum de cambios y desequilibrios** es fundamental para comprender los comportamientos extraños, irónicos, antagónicos, contradictorios y paradójicos de los 9 eneatispos. Alberto ha desarrollado esta teoría después de 15 años de investigación y terapia con Eneagrama con más de 1.500 pacientes y alumnos.





“¡El Eneagrama es fascinante! probablemente es el sistema de tipificación de la personalidad más certero y preciso que existe; por eso lo usaremos de manera transversal durante todo el programa como un mapa de ruta de desarrollo personal estructurado en 9 niveles piramidales”



1.1 «ENEA-VERSO» © LAS 9 VISIONES DE LA REALIDAD

Empezaremos comprendiendo las diferentes visiones de la realidad que tienen los eneatis, y cómo eso afecta a sus juicios, deseos, hábitos y estados emocionales.

- «9 lentes fotocromáticas»: cómo cada persona ve el mundo según su forma de ser, que crean 9 formas de ver la realidad, sentir, pensar, actuar y entender el mundo.
- «9 deseos»: 9 necesidades emocionales, miedos o aversiones de cada eneatis.
- «9 estrategias»: 9 tendencias cognitivo-conductuales y hábitos de cada eneatis.
- «9 emociones básicas»: cuáles son los estados emocionales habituales de cada tipo.

1.2 «3 CENTROS» DEL ENEAGRAMA

Todas las conductas de los eneatis se resumen en 3 grandes motivaciones centrales.

- «Tríadas»: los 3 centros energéticos o las 3 áreas del eneagrama –tríada mental (del placer 5, 6 y 7), emocional (del valor 2, 3 y 4) y visceral (del control 8, 9 y 1)–.

1.3 «PÉNDULOS» DE LOS 9 ENEATIPOS ©

Aquí veremos la EneAntiodromia ©, la teoría de los péndulos de Alberto P. Chavarino.

- «Oscilaciones psicológicas»: cómo tu eneatis oscila entre sus extremos opuestos.
- «Expansión vs retracción»: cómo cambia tu eneatis en estado retraído o expandido.
- «Contradicciones internas»: cómo cambia tu eneatis estando tranquilo o estresado.

1.4 «DISTINCIONES CLAVE» ENTRE ENEATIPOS

En la 4ª semana aprenderemos a identificar correctamente a los 9 eneatis, resolviendo dudas, dando ejemplos aclaratorios para entender mejor las conductas similares que pueden confundirse entre eneatis diferentes (yendo directamente a las motivaciones).

- «Diagnóstico diferencial»: confusiones y errores típicos al identificar los 9 eneatis.
- «Alas»: explicación de la teoría de las alas tal y como lo vemos en AutoGnosis.

MÓDULO 2º

INSTINTOS Y ENEAGRAMA

*«La psicobiología animal de los
3 instintos y los 27 subtipos»*





¿QUÉ TIPO DE ANIMAL ERES? ¿MONO, ARDILLA O PAVO REAL?

«En este 2º módulo descubrirás cómo nuestros instintos animales influyen en nuestra personalidad y aprenderás a identificar a las personas por su tendencias biológicas y temperamentales»

**SOCIAL
GREMIAL**



**CONSERVACIÓN
SUPERVIVENCIA**



**SEXUAL
TRANSMISOR**

LA IMPORTANCIA DE LOS INSTINTOS

Entender los instintos es fundamental para comprender los tres subtipos de cada eneatispo. Comprenderás que el instinto dominante crea un sesgo o filtro perceptivo a nivel biológico que modifica completamente la forma en la que se manifiesta nuestro eneatispo. Descubrirás que existen 3 grandes grupos de tendencias instintivas que compartimos los seres humanos con todos los animales de la tierra (incluso con los seres unicelulares).

DOS TEORÍAS DIFERENTES PARA ENTENDER LOS INSTINTOS: NARANJO VS SIKORA

Existe mucha confusión en la comunidad de eneagrama a la hora de definir los instintos y subtipos porque Claudio Naranjo estableció en sus inicios una categorización de los instintos que en los últimos años Mario Sikora optimizó, redefinió y clarificó.

En este curso también aprenderás las incorporaciones al método de Naranjo y Sikora que ha aportado Alberto Peña Chavarino después de su estudios de campo partiendo de su sobre una muestra de más de 1.000 alumnos y pacientes.

LOS 27 SUBTIPOS INSTINTIVOS

En este curso haremos hincapié a la importancia de identificar correctamente tu subtipo y aprender a identificar con claridad los 27 subtipos del Eneagrama (9 eneatispos x 3 instintos).



1º AUTOCONOCIMIENTO INSTINTIVO

A través de «la teoría de los 3 sesgos instintivos»

En este curso descubrirás tu «instinto básico» y aprenderás a identificar a los 27 subtipos de personalidad del Eneagrama.

El Eneagrama es una herramienta extraordinaria... pero incompleta. Para entender bien el Eneagrama es necesario entender también los 3 instintos; porque sin entender bien los 27 subtipos instintivos (9 eneatis tipos x 3 variantes instintivas) te será muy difícil identificar bien tu tipo de personalidad y de los demás.

Descubrirás el modelo «bio-psico-instintivo» de la personalidad basado en **Eneagrama** y **Morfopsicología** desarrollado por Alberto y Benoît Corman, donde además de ver nuestra psicología en nuestro eneatis tipo veremos la importancia de nuestra biología los instintos y el temperamento (ADN) visto en nuestro rostro.

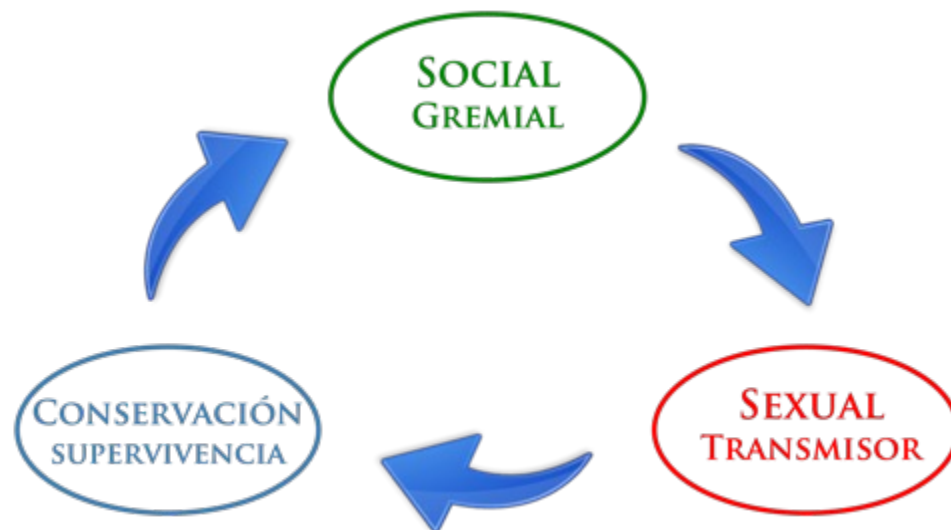
Porque si el Eneagrama explica nuestros sesgos cognitivos (filtros perceptivos que dirigen nuestra atención), los instintos explican nuestra biología animal a través de nuestros “sesgos animalescos”.

«En este curso comprenderás que nuestra personalidad es una mezcla o aleación entre nuestra psicología (eneatis tipo dominante) y nuestra biología (instintos y temperamentos)»

2º DESARROLLO PERSONAL INSTINTIVO

A través del «modelo circular instintivo» de Sikora

En este curso no sólo identificarás tu subtipo, sino que también descubrirás claves prácticas para el desarrollo personal a través de equilibrar las diferentes áreas instintivas de tu vida, para ello usaremos el extraordinario modelo circular de Mario Sikora: un modelo que Alberto ha ampliado y lo explica de una manera un poco diferente para hacerla más comprensible (basándose en la psicobiología y en 15 años de experiencia terapéutica):





«Nuestra personalidad es producto de una aleación entre psicología y biología.»

Nuestra forma de pensar, sentir y actuar está influida por los sesgos instintivos: las tendencias biológicas automáticas que nos permiten adaptarnos al entorno»

2.1 DESCUBRE TU INSTINTO ANIMAL

Empezaremos por clarificar la psico-biología de cada instinto y aprenderás a identificar tu instinto dominante, el secundario y el terciario (tu instinto ciego o en desuso).

- «3 sesgos instintivos»: conservación-supervivencia, social-grupal, sexual-transmisor.
- «Distinciones entre instintos»: confusiones y dificultades a la hora de identificarlos.
- «Fortalezas y debilidades de cada instinto»: lo mejor y lo peor de cada instinto.

2.2 LOS 27 SUBTIPOS INSTINTIVOS

«¿Qué subtipo eres?» descubrirás tu subtipo (y el de tus amigos y familiares) a través de explicaciones detalladas junto con ejemplos prácticos de sus conductas habituales.

- Subtipos conservación: se centran en el autocuidado y sus íntimos (familia)
- Subtipos sociales: se centran en los grupos de gente a su alrededor (gremios).
- Subtipos sexuales: se centran en relaciones 1 a 1 y uno a muchos (transmisión).

2.3 PROFUNDIZANDO EN LOS 27 SUBTIPOS

Veremos cómo influyen los instintos biológicos en las diferentes áreas de tu vida –personal, social, familiar, laboral...– y profundizaremos en su correcta identificación.

- «Virtudes de los 27»: lo mejor y peor de cada subtipo; sus talentos y limitaciones.
- «Errores en la identificación»: confusión del subtipo con las flechas y las alas.
- «Relaciones instintivas»: cómo influyen los instintos en las interacciones sociales.

2.4 DESARROLLO PERSONAL CON INSTINTOS

La clave para trabajar con los instintos es integrando los antagonismos que se crean entre las diversas tendencias de tu instinto dominante, el instinto ciego y tu eneapito.

- «Controla tu instinto básico»: la importancia de domesticar tu instinto dominante.
- «Potencia tu instinto ciego»: compensa las carencias de tu instinto infrautilizado.
- «Rueda de la vida instintiva» © cómo equilibrar las diferentes áreas de tu vida.

MÓDULO 3º

PSICOLOGÍA DEL ENEAGRAMA

*«Comprendiendo la mente y las
emociones de los 9 eneatispos»*

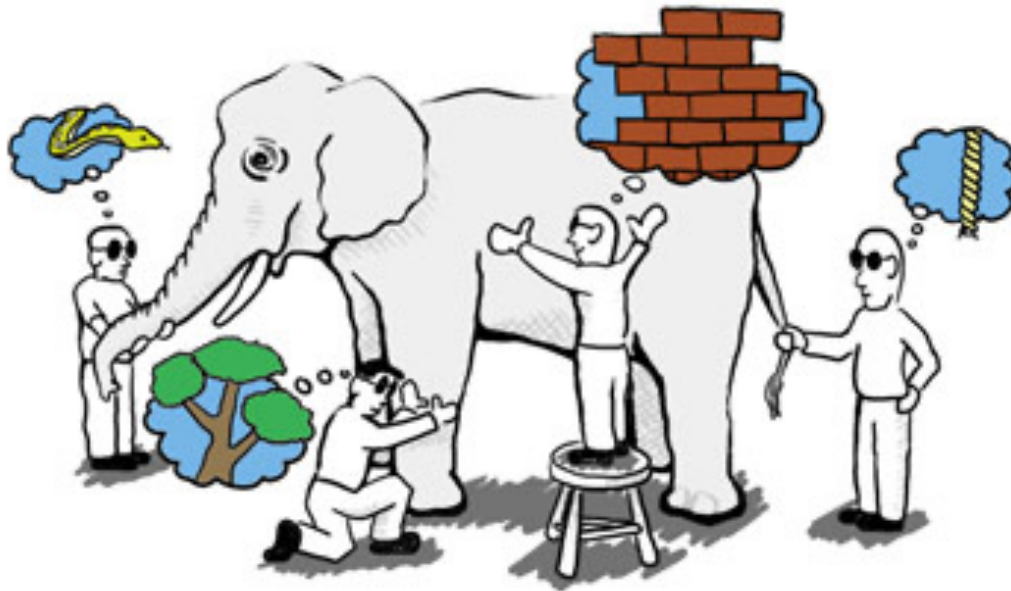




ES DIFÍCIL MEJORAR CUANDO NO SE SABE QUÉ ES POSIBLE MEJORAR

«En este 3er módulo profundizarás en lo mejor y lo peor de los 9 eneatis: por un lado sus creencias limitantes y puntos ciegos, y por el otro sus mejores cualidades y tipos de inteligencias. También comprenderás cómo tu eneatis dominante se mezcla con los aspectos positivos y negativos de tus flechas».

P. Ej. uno de los aspectos más limitantes de los eneatis son sus **puntos ciegos** (aquellas cosas que ignoran, no se dan cuenta y no logran ver) y sus **distorsiones perceptivas** (los ciegos que tocan un elefante y cada uno cree que es una cosa diferente).



REvisa tus creencias, potencia tus talentos

Si en la primera mitad del programa nos hemos centrado en el diagnóstico de la personalidad (aprender a identificar bien los 9 eneatis y subtipos) en esta 2ª mitad del programa profundizaremos en la psicología del Eneagrama para el propio crecimiento personal y mejorar las relaciones con los demás.

Empezaremos identificando aspectos negativos de los 9 eneatis –las creencias limitantes y sesgos cognitivos (puntos ciegos, fijaciones, aversiones, amnesias...)–; y posteriormente descubriremos sus cualidades positivas –tipos de inteligencias–.

FLECHAS

¿Para qué sirven las 9 líneas internas del eneagrama?

Comprender las **Flechas** (las líneas interiores del Eneagrama) es fundamental para entender el dinamismo de nuestros estados emocionales y cómo adquirir las habilidades de otros eneatis.

En AutoGnosis explicaremos nuestra propia teoría sobre el funcionamiento psicológico de las flechas (como estructuras neuronales secundarias en nuestro cerebro) y cuál es su utilidad para el cambio y el desarrollo personal.

En este programa Experto nos centraremos en explicar las flechas del **eneagrama hexagonal**, y en el Máster explicaremos las flechas del **eneagrama ortogonal** (3 triángulos equiláteros).



CREENCIAS, SESGOS E INTELIGENCIAS

Nos adentraremos en el nivel de las creencias y sesgos cognitivos, puesto que son la base de nuestra estructura psicológica y son los que determinan a qué prestamos atención y a qué no; así pues, nuestras fijaciones y puntos ciegos se generan precisamente por nuestra manera de percibir el mundo, puesto que valoramos más unas cosas e ignoramos la importancia que tienen otras.

Una de las investigaciones más importantes que hemos realizado en AutoGnosis es sobre las Inteligencias Múltiples de los eneatis, y es uno de los aspectos más importantes para entender de dónde vienen nuestros mejores talentos (¡y defectos!).

Estos son los 3 tipos de inteligencias de cada uno de los 3 centros:

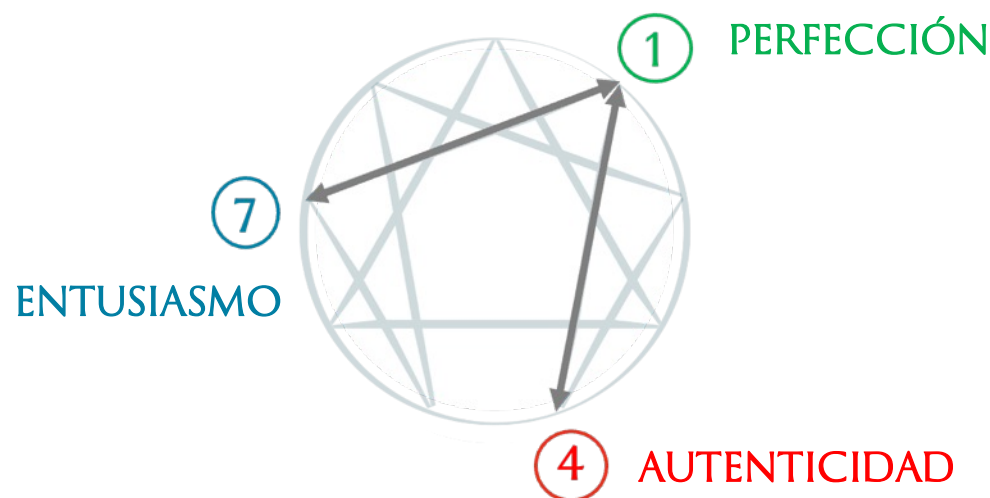


FLECHAS

Las flechas son las líneas que interconectan los 9 eneatis. Las flechas del «Eneagrama Hexagonal» (triángulo central y hexada) nos indican los caminos para el cambio y desarrollo personal.

Cada eneatis adquiere lo mejor y lo peor de las cualidades de los dos tipos con los que están conectados con sus flechas. En este curso descubrirás que sueles utilizar una de tus flechas de forma excesiva y la otra la tienes más “olvidada” o “infrautilizada”.

Aprenderás que para equilibrar tu eneatis tendrás que hacer un trabajo triangular a través de un enfoque indirecto y estratégico.





«El Eneagrama es un potente sistema para conocerse a uno mismo y entender profundamente a los demás; pero también proporciona una guía muy precisa para orientar a los eneatis en su desarrollo personal potenciando sus cualidades positivas y reduciendo las negativas»

3.1 CREENCIAS Y SESGOS

Las «creencias» son la base de nuestros sesgos, disonancias y distorsiones cognitivas: nuestros errores de pensamiento y formas de distorsionar la percepción de la realidad

- «9 Sistemas de Creencias»: cómo la visión y los valores del eneatis crean criterios.
- «9 Disonancias Cognitivas»: cómo se auto-engaña y se justifica cada eneatis.
- «9 Puntos Ciegos»: qué aspectos no logra percibir ni darse cuenta cada eneatis.

3.2 FIJACIONES Y AMNESIAS

Cada eneatis pone su foco de atención en unos aspectos e ignora otros, de ahí que surjan obsesiones, olvidos y laberintos mentales (rayadas y comidas de tarro).

- «9 Fijaciones»: con qué aspectos o valores se obsesiona cada eneatis.
- «9 Amnesias»: qué cosas importantes ignora o se olvida cada eneatis.
- «9 Bucles y laberintos mentales»: cómo se complica la vida cada eneatis.

3.3 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Cada eneatis ha generado desde la infancia un tipo de inteligencia básico que le aporta unas cualidades positivas especiales, pero también un fallo de serie o defecto de base.

- «9 Inteligencias»: cuáles son las 3 inteligencias centrales y las 9 de cada eneatis.
- «9 Cualidades y defectos»: las mejores y peores cualidades de los eneatis.

3.4 FLECHAS

Las flechas sirven tanto para explicar las oscilaciones psicológicas de los eneatis como para indicarles el camino de su desarrollo personal.

- «Flechas Hexagonales»: cómo se adquiere lo mejor y lo peor de ambas flechas.
- «Triangulaciones»: nuestra "flecha de apoyo", "flecha ciega" y el "efecto rebote".
- «Diferentes teorías del Eneagrama»: teorías sobre flechas y movimiento circular.

MÓDULO 4º

RELACIONES Y ENEAGRAMA

*«Inteligencia emocional y comunicación
eficaz con los 9 eneatispos»*





¿QUÉ TIPO DE COMUNICADOR ERES?

Descubre tu estilo comunicativo
con el Eneagrama y los Instintos

En este módulo descubrirás los diversos **estilos comunicativos de los 9 eneatis**, lo que te ayudará a identificarles mejor y aprender a relacionarte eficazmente con ellos.

Aquí tienes los 9 estilos comunicativos:



¿CÓMO QUIERES QUE TE TRATEN?

Cada eneatis tiene una forma de relacionarse, hablar e interactuar.

Descubrirás las diferentes formas de relacionarse a nivel social y familiar de los 9 eneatis, y cómo cada uno de ellos quiere que los demás se adapten a su forma de ser entendidos y valorados.

Comprendiendo profundamente a los demás aprenderás a sintonizar mejor con ellos, y tratarles cómo desean ser tratados.





4.1 ESTILOS DE COMUNICACIÓN

Comunicación eneática e instintiva

La manera de comunicarnos muestra nuestra personalidad. En esta 1ª semana descubriremos las diferentes formas de hablar y de relacionarse de cada uno de los 9 eneatis y los 3 instintos.

Alberto Peña Chavarino expondrá su investigación sobre los estilos comunicativos de cada eneatis y subtipo instintivo: las frases que suelen utilizar, sus expresiones verbales y no verbales (gestos) habituales, sus conductas extrañas o contradictorias, y cómo cambian sus expresiones al cambiar sus estados de ánimo.

4.2 INTELIGENCIA COMUNICATIVA

Claves prácticas para comunicarse bien con los 9 eneatis

La capacidad de empatizar, de expresarse eficazmente y de saber resolver conflictos con cada tipo de personalidad es una de las habilidades sociales más importantes de la inteligencia emocional.

Empezaremos aprendiendo cómo sintonizar con cada eneatis, saber lo que funciona para convencerles, e incluso identificar lo que suele ocultar cada eneatis por miedo, timidez o vergüenza.

También veremos qué es lo que funciona para comunicarse con personas de diferentes instintos y morfologías faciales. Y cómo encarar las conversaciones difíciles con cada tipo de personalidad

4.3 RELACIONES SANAS VS TÓXICAS

Cómo afrontar problemas de relación entre eneatis

En la 3ª semana vamos a conocer los conflictos que existen entre diferentes tipos de personalidad. Saber calmar los ánimos, evitar confrontaciones y armonizar las relaciones es una de las habilidades más importantes que se aprenden con el Eneagrama.

Lo que más ayuda a evitar los conflictos es la capacidad de comprender los motivos internos de cada tipo de personalidad. En este curso descubrirás cómo tener más mano izquierda y más flexibilidad para salir victorioso ante conversaciones importantes.

4.4 RELACIONES SOCIALES Y FAMILIARES

Cómo la relación con los padres influye en el eneatis

En la 4ª semana nos centraremos en entender nuestros patrones de relación a través de lo que vivimos en nuestra infancia y de cómo fue la relación íntima con nuestros padres.

Expondremos una teoría comúnmente aceptada en la IEA sobre cómo la relación con nuestros padres ha influido en la conformación de nuestro eneatis.

Aquí expondremos nuestra propia teoría de cómo se creó nuestro eneatis según el estilo de apego hacia ambos progenitores.



«Comprender los tipos de personalidad es un enorme poder social para tener buenas relaciones y saber influir positivamente a los demás»

«La habilidad más importante que descubrirás durante este curso será saber tratar con sabiduría a cada persona según su forma particular de ser, de pensar y de sentir»

4.1 ESTILOS DE COMUNICACIÓN

«Somos como hablamos», la forma de comunicarnos muestra nuestra personalidad; así que podemos reconocer a cada eneatis por su forma de hablar, expresarse y relacionarse.

- «Comunicación eneatisca»: similitudes y diferencias a la hora de hablar entre los 9 eneatis, y las maneras de expresarse de los emocionales, mentales y viscerales.
- «Contradicciones en la comunicación»: actitudes antagónicas de los 9 eneatis.

4.2 INTELIGENCIA COMUNICATIVA

La mejor manera de mejorar la inteligencia emocional, social o relacional es sabiendo adaptarse a la manera de comunicarse de cada tipo de personalidad.

- «Rapport o sintonía»: cómo conectar con los 9 eneatis adaptándote a ellos.
- «Comunicación inteligente»: cómo relacionarse eficazmente con los 9 eneatis.

4.3 RELACIONES SANAS VS TÓXICAS

Las relaciones humanas pueden mejorar o empeorar dependiendo de las actitudes y las maneras que utilicemos a la hora de interactuar con los demás.

- «Enea-Virus ©»: el veneno emocional que puede contagiar cada eneatis a los demás.
- «Enea-Toxicidad ©»: las emociones tóxicas que genera cada eneatis en sus relaciones.
- «Enea-Antídotos ©»: lo que ayuda a cada eneatis a sanar sus relaciones personales.

4.4 RELACIONES SOCIALES Y FAMILIARES

El eneagrama tiene una función social extraordinaria para saber relacionarnos en diversos ambientes. En gran medida nuestro eneatis se conformó por la educación que recibimos.

- «Relaciones con los padres»: explicaremos nuestra propia teoría sobre cómo nuestro eneatis pudo haber sido influido por la relación que tuvimos con los padres.
- «Heridas de la infancia»: los estilos de apego creados por la afectividad del pasado.

LAS 5 MÁSTER CLASS



MORFOPSIKOLOGÍA & ENEAGRAMA

Psicología facial para identificar mejor a los 9 eneatis

Por Benoit Corman



COACHING & ENEAGRAMA

Cómo orientar a los eneatis en su vida y su carrera

Por Rafael Martínez



PSICOTERAPIA & ENEAGRAMA

Terapia de AutoGnosis con los 9 eneatis

Por Ana Millán



ESTOICISMO & ENEAGRAMA

Filosofía práctica de vida y liderazgo con los 9 tipos

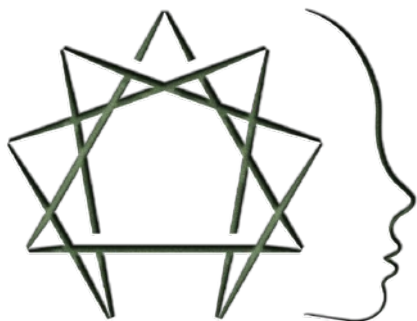
Por Luis López



RELACIONES DE PAREJA

El eneagrama en el amor y la intimidad

Por Cristina Moreno



¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE UNIR EL ENEAGRAMA CON LA MORFOPSICOLOGÍA?

El Eneagrama enseña 9 patrones psicológicos generales para todo el mundo; debido a esta generalidad el Eneagrama es un modelo útil pero incompleto para explicar la individualidad. Para comprender a una persona tenemos que fijarnos en su biología, y podemos ver esas cualidades temperamentales en su rostro.

TU ROSTRO MUESTRA TU INDIVIDUALIDAD

No tiene el mismo temperamento un eneatis 7 con cara ancha que un 7 con la cara estrecha; es diferente un 9 con una frente inclinada que un 9 con la frente vertical; ni se relaciona igual un 2 con nariz redondita que un 2 con la nariz pronunciada; no busca la seguridad de la misma manera un 6 con ojos abiertos que un 6 con ojos hundidos. Todos estos detalles morfológicos muestran la individualidad, y cambian totalmente la motivación, la actitud, las capacidades y las conductas entre personas del mismo eneatis.

¿CUÁL ES TU MORFOLOGÍA FACIAL? ¿ERES MENTAL, EMOCIONAL O VISCERAL?

En este seminario extra descubrirás por qué tus rasgos faciales son un reflejo especular de la estructura interna de tu cerebro, y por tanto, tu cara muestra tu personalidad temperamental. La Morfopsicología o Psicología Facial es una ciencia reciente que estudia la personalidad a través de los rasgos faciales.

LOS 27 SUBTIPOS TEMPERAMENTALES

En este curso descubrirás la importancia de fijarse en los rasgos faciales de las personas a la hora de identificar bien su eneatis y su subtipo instintivo. Comprender tus rasgos morfológicos te ayudará a entender las diferencias temperamentales de tu individualidad respecto de otras personas con tu mismo eneatis.



Imagen: estructura del cerebro Fuente: Julián Gabarre



CONÓCETE A TI MISMO... ¡POR LA CARA!

En este clase magistral comprenderás la veracidad de la frase “la cara es el espejo del alma”. Con la Morfopsicología entenderás mejor tu biología y cómo influye en tu personalidad individual. A través del rostro sabremos identificar nuestras potencialidades y virtudes, pero también ser conscientes de nuestros defectos, limitaciones y áreas de mejora para reforzar nuestro carácter.

Estos son los temas que abordaremos en esta Máster-Class:

- «Psicología Facial»: cómo el rostro refleja tu individualidad, tus sesgos temperamentales, tu biología única e irrepetible.
- «Autoconocimiento y comprensión de los demás por los rasgos faciales»: ¿eres romántico o pasional, hiperactivo o reflexivo?
- «Eneagrama facial»: cómo es posible ver motivaciones internas de tu eneatispo en la morfología de tus rasgos faciales.

En resumen, en este webinar (seminario online) descubrirás:

- «Por qué cada persona es única e irrepetible, incluso entre personas con el mismo eneatispo, o entre hermanos gemelos: no hay dos caras ni dos eneatispos exactamente iguales».
- «Cómo influye tu temperamento o biología en la expresión externa y las motivaciones internas de tu eneatispo e instinto».
- «Cómo cambia tu eneatispo por el tamaño y formas de tu rostro: tu frente-ojos, pómulos-nariz, mandíbula-boca-labios...»

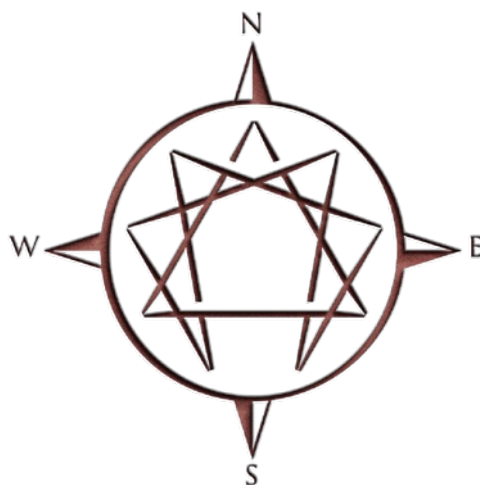
¿ES POSIBLE IDENTIFICAR A LOS 9 ENEATIPOS POR SU CARA?

En esta Clase Magistral impartida por **Benoit Corman** expondrá la importancia de usar la morfopsicología para entender mejor a los 9 eneatispos del Eneagrama y sus 27 subtipos instintivos.

Comprenderás que aunque sí existen rasgos faciales arquetípicos entre los eneatispos, a la hora de la práctica descubrirás que hay dos 7 iguales, ni dos 5 iguales... cada persona es única; la combinación de eneatispo y temperamento crea una aleación que hace que nuestra personalidad sea única, diferente e irrepetible. También aprenderás la base teórica de la Morfopsicología a través de un sencillo modelo con 6 principios para hacer un análisis facial.

Contenidos del seminario:

- «Principios de la morfo»: los 6 principios más importantes de la Morfopsicología facial a la hora de analizar a una persona.
- «Tipos retraídos vs expandidos»: diferencias entre mismos eneatispos con rasgos faciales dilatados o contraídos
- «Perfiles proyectados o contenidos»: cómo influye tu perfil en la impulsividad o reflexividad de tu eneatispo.
- «Las 3 zonas del rostro»: identificar personas de tipo cerebral, sentimental o físico-visceral.
- «Los sentidos»: la importancia del tamaño, tono y protección de tus ojos, nariz y labios.
- «Tipos de caras y carácter del eneatispo»: retraído, extrovertido, disperso, hiperactivo, abierto de mente, equánime...



«¿POR QUÉ ES IMPORTANTE SABER ENEAGRAMA PARA LA ORIENTACIÓN?»

La mayoría de los coach, psicólogos, terapeutas, orientadores, profesores o facilitadores personales o de equipos no utilizan ningún sistema de tipificación de la personalidad, por lo que muchas veces dan rodeos hasta por fin comprender la forma de ser de su cliente y empezar a guiarle adecuadamente.

También sucede que muchos "expertos" dan consejos que a ellos mismos les han sido útiles, sin embargo, son consejos que solo servirán a las personas que tengan su mismo tipo de personalidad. Por ejemplo, un eneatispo 3 motivador sabrá motivar e inspirar a otras personas que sean 3, sin embargo sus consejos no tendrán la misma eficacia con los demás eneatispos.

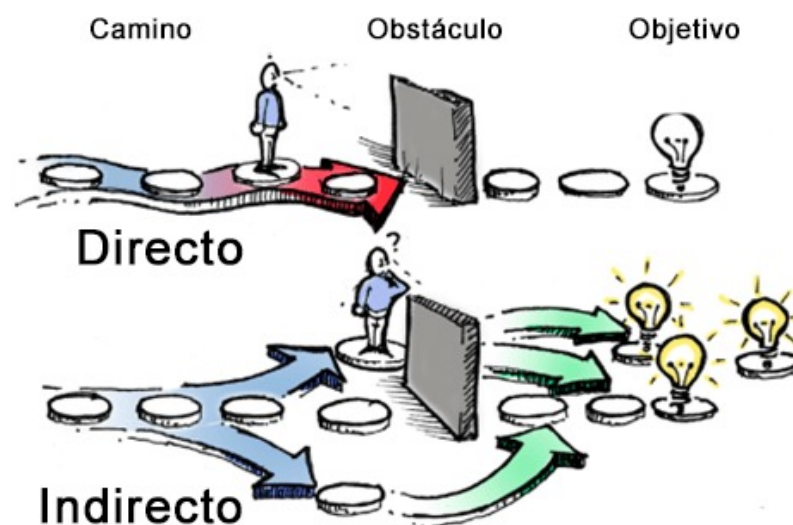
«¿POR QUÉ HAY QUE DAR AL COACHING UN ENFOQUE ESTRATÉGICO?»

Solemos usar un enfoque directo, lógico y racional tanto para convencer a los demás como para lograr nuestros objetivos vitales. Sin embargo, muchas veces el cambio personal se produce de manera emocional, analógica e indirecta.

La clave del pensamiento estratégico sería este:

«Nuestros objetivos se consiguen mejor cuando nos aproximamos a ellos de manera indirecta»

(Principio de Oblicuidad, por Jonh Kay)





CÓMO ORIENTAR BIEN A LOS 9 ENEATIPOS

No existe el “pan para todos”: el mismo consejo que puede beneficiar a una persona, a puede perjudicar gravemente a otra.

El Eneagrama es un sistema que ayuda enormemente al coach, al mentor, al profesor, al padre o al jefe de un equipo para entender la singularidad de las personas a las que tiene que orientar, tanto a nivel personal como profesional. Conocer la personalidad también da una enorme seguridad y certeza al coach al saber que está aplicando las directrices adecuadas a su consultante o cliente:



COACHING MAYÉUTICO VS ESTRATÉGICO

Rafael Martínez (nuestro profesor 5 social experto en estrategia) nos dará una visión general de dos tipos de coaching: el *coaching mayéutico* (el coaching puro y duro) y el *coaching estratégico*.

1. El **coaching mayéutico** es cuando el consultante es el que descubre por sí mismo su camino, y el coach es simplemente un facilitador o catalizador del cambio a través de sus preguntas. La *mayéutica socrática* es el arte de hacer preguntas poderosas.
2. El **coaching estratégico** es cuando el coach o consultor interviene activamente en propiciar el cambio en su consultante, pero lo hace de una manera no convencional que va más allá de la lógica inmediata. El coach estratégico utiliza técnicas y sistemas para crear en su consultante impactos emocionales que le hagan replantearse totalmente sus creencias y su actitud ante la vida.



«¿POR QUÉ ES IMPORTANTE SABER ENEAGRAMA PARA HACER TERAPIA?»

Como psicólogo, una de las cosas que más eché en falta cuando estudié en la Universidad es que en psicología clínica no se ofrecen modelos eficaces de tipificación de la personalidad (en la normalidad) que sirvan para trabajar como sistema terapéutico.

En la Universidad se enseña el DSM, el manual de los trastornos mentales, sin embargo no se enseña un manual de cómo diagnosticar y tratar a personas "sanas". Lo máximo que se enseña en la Universidad es el Big Five y el Myers Briggs, que son sistemas de la personalidad bastante limitados, puesto que más allá de categorizar la personalidad no ofrecen pautas claras para continuar con el trabajo terapéutico o de orientación profesional.

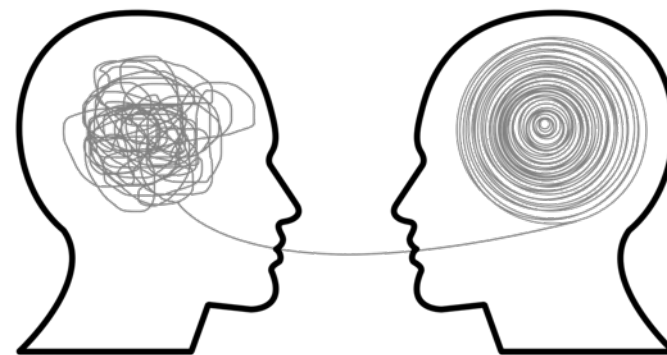
El enorme poder Eneagrama y la Morfopsicología juntas no tiene comparación con ninguna otra metodología de trabajo terapéutica partiendo del análisis de la personalidad.

«HAY QUE SABER DIFERENCIAR LA ENFERMEDAD DE LA NORMALIDAD»

Ana Millán –eneatispo 3 conservación y psicóloga General Sanitaria experta en psicoterapia integrativa–, hará una introducción de la utilidad del Eneagrama en psicoterapia.

Uno de los aspectos más importantes a la hora de trabajar en terapia con Eneagrama es saber diferenciar cuándo nuestro paciente está en una situación de trastorno psicológico de cuando simplemente está pasando por un mal momento en el que han aparecido los peores aspectos de su personalidad.

El 90% de las personas están psicológicamente sanas, y hay que tratar sus problemas como *simples* excesos de su tipo de personalidad, que les causan ansiedad, preocupación, ciclotimia, problemas de relación y desorientación de vida.

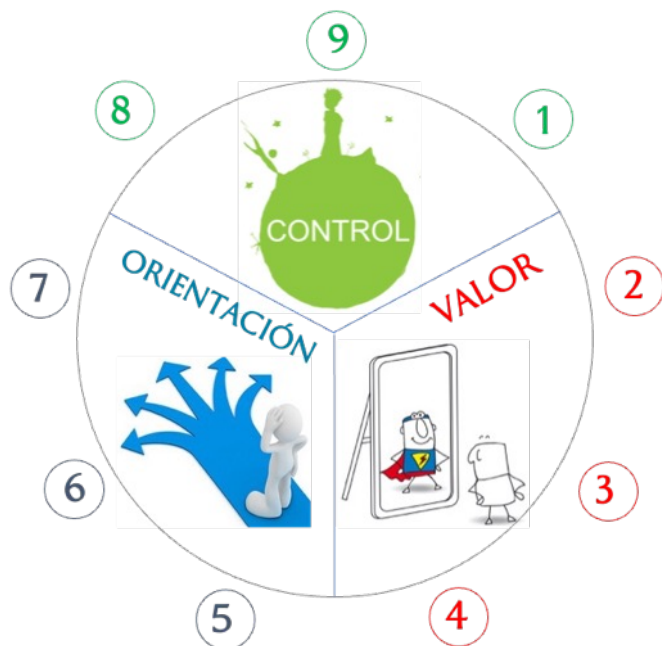




¿POR QUÉ VIENE A TERAPIA CADA ENEATIPO?

Por nuestra experiencia terapéutica, en AutoGnosis hemos descubierto que las personas mentales (5, 6 y 7) suelen venir a psicoterapia o coaching en busca de orientación de vida; los emocionales (2, 3 y 4) suelen venir por problemas de identidad valor personal y sentido de realización; y los viscerales (8, 9 y 1) suelen venir por problemas de tensión vital debido a su necesidad de control e influir en su entorno.

En este programa Experto haremos una introducción a nuestro modelo terapéutico de autoconocimiento con Eneagrama, y posteriormente en el Máster profundizaremos y practicaremos.

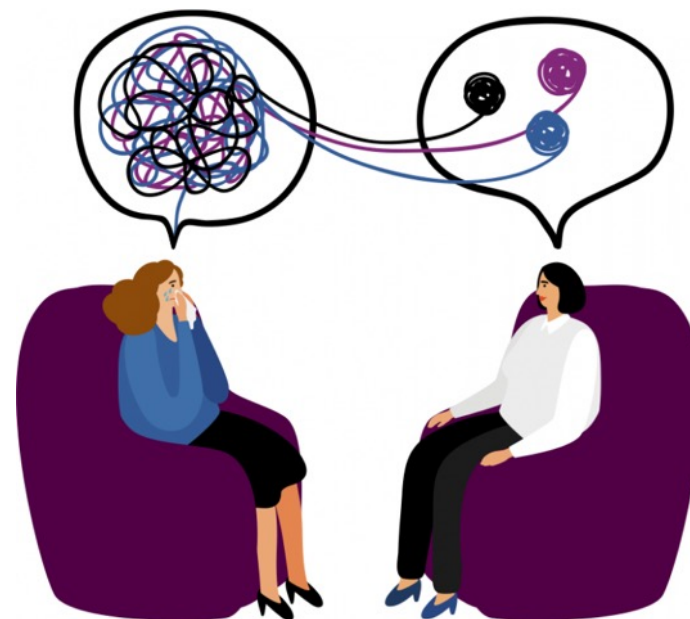


TERAPIA DE AUTOCONOCIMIENTO

El Eneagrama es una herramienta extraordinaria para hacer terapia y psicoterapia clínica, porque aporta un sistema muy preciso tanto de diagnóstico como de tratamiento de los miedos, obsesiones, rayadas, bloqueos, problemas de relación, etc. de los 9 eneatispos.

El Eneagrama sirve para resolver muchísimos problemas y ayuda a aclarar la confusión que sufren los pacientes cuando se les explica su tipo de personalidad y comprenden por qué son como son.

Tal es el poder terapéutico del eneagrama que vemos día a día en nuestras consultas privadas que medio en broma y medio en serio, solemos decir que: un *enea-peuta* vale más que 1.000 *tera-peutas*.





«¿POR QUÉ UNIR EL ESTOICISMO Y ENEAGRAMA?»

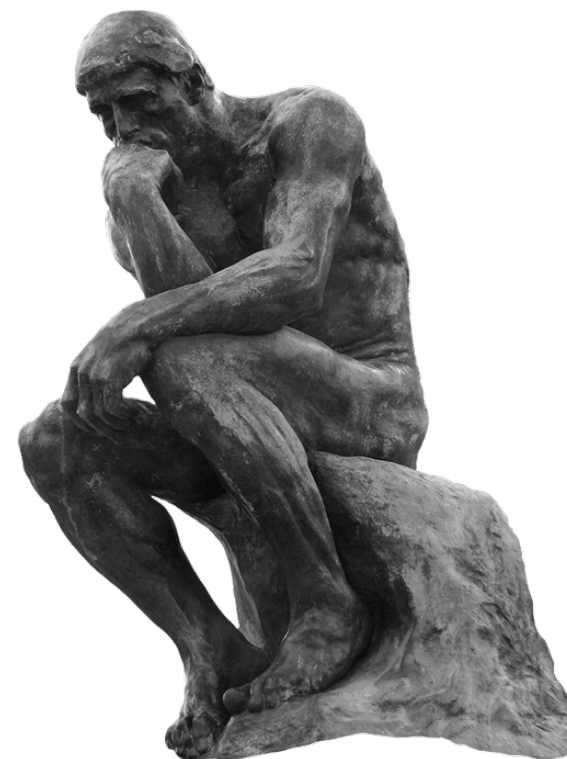
Luis López (nuestro profesor estoico 5c) nos dará una visión general de la filosofía estoica para que entiendas el enorme poder de este sistema filosófico para tu desarrollo personal;

y cómo el estoicismo aporta técnicas psicológicas geniales para cada uno de los 9 tipos de personalidad del eneagrama.

«¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TENER UNA FILOSOFÍA DE VIDA?»

Pocas personas se plantean la importancia de tener una filosofía de vida que les ayude a guiar y sanar sus vidas.

En esta máster class descubrirás la importancia de tener una filosofía de vida adaptada a tu tipo de personalidad para vivir una vida más feliz, virtuosa y con propósito»





VALORES ESTOICOS DE LOS 9 ENEATIPOS

En este taller verás las cualidades más elevadas de los eneatispos:

- **«Aceptación de 1, excelencia de 3»:** vivir con sentido del deber y la responsabilidad, sin autocrítica ni miedo a qué dirán.
- **«Altruismo de 2, compasión de 4»:** aprender a tratar con gente difícil; superar el odio, el rencor, la dependencia y envidia.
- **«Coraje de 6, fuerza de 8»:** responder ante los desafíos de la vida con valor y prudencia, manteniendo autoridad y control.
- **«Templanza de 7»:** desarrollar el humor, disfrutar del presente, prepararse para el futuro sin ansiedad, con entusiasmo y alegría.
- **«Distanciamiento de 5»:** la capacidad de tomar perspectiva de las cosas y de las emociones para adquirir autoconciencia.
- **«Serenidad de 9»:** vivir manteniendo la armonía y paz interior ante los infortunios y sufrimientos de la vida.



ESTOICISMO PARA EL DESARROLLO PERSONAL

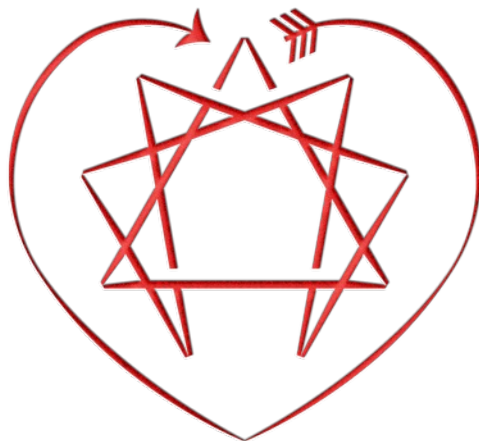
En esta Máster Class descubrirás los 3 fundamentos del estoicismo:

1. **la dicotomía del control:** aprender a distinguir entre lo que sí podemos controlar y lo que no podemos controlar en la vida;
2. **las disciplinas estoicas:** el valor de ejercitarse para generar fuerza mental, emocional y física (deseo, pensamiento y acción).
3. **la importancia de vivir de acuerdo a la naturaleza:** comprender las leyes del funcionamiento humano para ser más eficaz.

Y veremos cómo aplicar estas 3 claves estoicas al eneagrama:

- **«Vivir de acuerdo a tu naturaleza»:** diseñar una filosofía de vida adaptada de tu tipo de personalidad (a tu eneatispo y subtipo).
- **«Centrarte en lo que sí puedes cambiar»:** hay cosas de tu eneatispo que no puedes cambiar, y otras cosas que sí puedes transformar.
- **«Aprender a vivir en armonía con tu eneatispo»:** dejar de luchar en contra de tu forma de ser, y aprender a canalizar tu personalidad.





«¿CUÁL ES EL VALOR DEL ENEAGRAMA EN EL AMOR?»

Cristina Moreno (nuestra súper profe 2t) abordará uno de los temas más importantes –a veces difíciles y dolorosos– en la vida de muchas personas: las relaciones íntimas amorosas.

Cada uno de los 9 eneatispos tiene un sistema de creencias y valores subjetivos particulares, que luego se manifiestan en sus expectativas y comportamientos en sus relaciones.

Cristina impartirá una máster-class dinámica y participativa, explicando patrones de relación entre diferentes parejas de eneatispos a través ejemplos y ... ¡sentido del humor!

«¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CONOCER LA PERSONALIDAD DE TU PAREJA?»

Para muchos de nuestros alumnos y consultantes de terapia, conocer el Eneagrama ha supuesto un antes y un después en la calidad de sus relaciones de pareja. ¿Por qué? Porque cuando uno comprende mejor qué es lo que le motiva internamente, y entiendes las intenciones y deseos de tu pareja, pues en vez de juzgar duramente al otro, sientes compasión y empatía.

En este taller práctico, nos introduciremos en las diferentes necesidades que tienen los eneatispos en su intimidad, cuáles suelen ser los conflictos de pareja habituales que surgen por diferencias eneagrámicas e instintivas, cómo cada uno vive la sexualidad, cómo cambia la vida con una persona u otra...





RELACIONES DE PAREJA ENTRE ENEATIPOS

- **«EneAmor»:** en este taller pondremos ejemplos de patrones habituales de pareja entre diferentes eneatis y subtipos, y 9 maneras diferentes de entender las relaciones amorosas.
- **«Relaciones eneatis»:** hablaremos de algunos ejemplos curiosos y divertidos de parejas eneagrámicas contraintuitivas pero mucho más comunes de lo que uno pueda pensar; por ejemplo relaciones entre el 5 y el 2, o de un 4 y con un 9...
- **«Parejas intuitivas»:** también explicaremos brevemente algunas curiosidades sobre patrones conductuales típicos que surgen en las relaciones entre los 3 instintos: entre un tipo social y otro de instinto conservación, una relación de dos transmisores... etc.
- **«Conflictos de Pareja»:** y por último expondremos brevemente algunos problemas de compatibilidad entre eneatis (por ejemplo, la dificultad de una pareja de dos eneatis 4 y además con el mismo instinto sexual-transmisor).

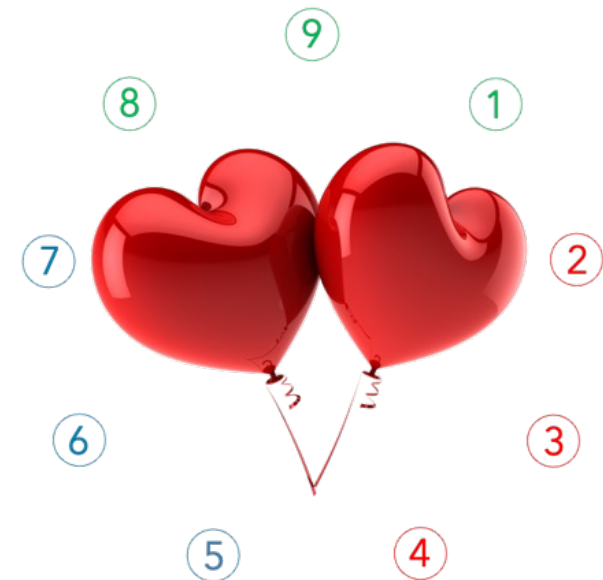


VALORES Y CREENCIAS SOBRE EL AMOR

Todos los eneatis tienen su sistema de valores y creencias que influye en las expectativas que tienen hacia sus parejas y cada eneatis evalúa la calidad de sus relaciones amorosas.

Por ejemplo, un eneatis 6 tendrá la *fidelidad* como valor fundamental en sus relaciones; sin embargo, un eneatis 7 – aunque también pueda valorar mucho la lealtad– su valor más importante será la *ilusión* –mantener el entusiasmo y la alegría–.

Otro tema interesante que hemos investigado en AutoGnosis son las **«Ideas locas sobre el amor»** de cada eneatis: expectativas irreales que perjudican sus relaciones, ilusiones que demuestran una inmadurez incompatible con la vida armoniosa de pareja.





CALENDARIO DE LA 40ª EDICIÓN DEL PROGRAMA «EXPERTO EN ENEAGRAMA»

Del 18 de marzo al 23 de septiembre 2024

MARZO						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ABRIL						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGOSTO						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

En **azul**: las clases en directo son todos los **LUNES** de 20-22h (hora española)

En **verde**: la sesión de presentación del curso y la sesión de despedida.

En **rojo**: las 5 clases magistrales impartidas por los profesores especialistas de nuestra escuela.

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Pasos para hacer la matrícula y la reserva de plaza:

PASO 1º

Para **reservar tu plaza** haz el pago del curso en la modalidad que tú quieras.

Tienes 3 modalidades de pago 

PASO 2º

Para **hacer la matrícula** en el programa Experto rellena **la hoja de inscripción** con tus datos (te lo enviamos por email).

PASO 3º

Envía la hoja de inscripción a:
escuela@autognosis.com

PASO 4º

¡Te abriremos el aula virtual para que puedas iniciar el **video-curso de preparación previa**, así podrás empezar tu formación ya mismo!

LAS 3 MODALIDADES DE PAGO:

Puedes realizar el pago del curso de 2 maneras:

1. **Hacer el PAGO AL COMPLETO de 990€ por Transferencia bancaria**
BANCO: **BBVA** Oficina: **0911**
IBAN: **ES70 0182 0911 3202 0173 1108**
SWIFT/BIC: **BBVAESMMXXX**
Oficina: **C /Islas Bermudas 1, 28034 Madrid**
Destinatario: **AUTOGNOSIS SLP**
Concepto: **Curso Eneagrama + tu nombre**
2. **Hacer el PAGO AL COMPLETO de 990€ con Tarjeta de crédito o débito.**
3. **FRACCIONAR EL PAGO EN 3 CUOTAS con tarjeta de crédito:** fracciona el pago en 3 cómodas cuotas mensuales pagando a través de Paypal.

¡CONTÁCTANOS!

Para más información, escríbenos o llama por whatsapp a nuestra compañera María Gómez

Tel / Whatsapp: **+34 623 148 391**

Email: escuela@autognosis.com

Web: <http://www.AutoGnosis.com>

AUTOGNOSIS®
ESCUELA DE AUTOCONOCIMIENTO

Dirección de las sedes de AutoGnosis SLP:

- Avda. Menéndez Pelayo 21, Madrid, España.
- Viale Giovanni Nicotera 29, Roma, Italia.



María Gómez

Responsable de
Administración y
Project Manager

Eneatipo 1 🖐️



AUTOGNOSIS®