ENEAGRAMA

Nivell II

SESSIÓ 1



Kintsugi

Qui soc





Kintsugi

Identitat general

- Formador i Coach
- Artista multidisciplinari

Identitat específica

- Experiència personal (relacionada)
- Formador i Coach “Chamán”

El Castell Interior





CAMELOT

AVALON

· Contingut del curs ·

INFORMACIÓ

TRANSFORMACIÓ

IDENTIFICACIÓ

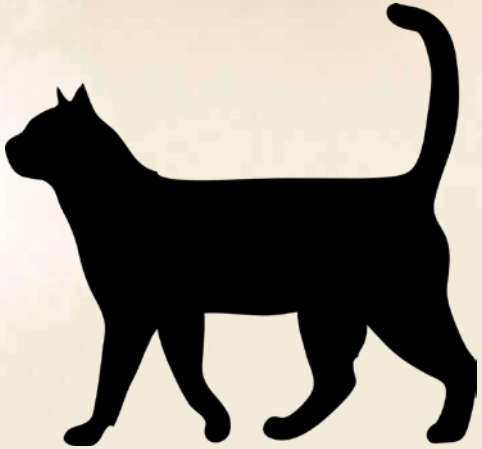
Fes una llista indicant:

PERSONA/ES	ENEATIP/S PRINCIPAL + SECUNDARI
TU	? + ?
FAMILIA	? + ?
PARELLA	? + ?
AMISTATS	? + ?
COMPANYS DE FEINA	? + ?

Les bases del curs

ENEAGRAMA nivell 1

Exercici Associació



Amb quin animal t'identifiques

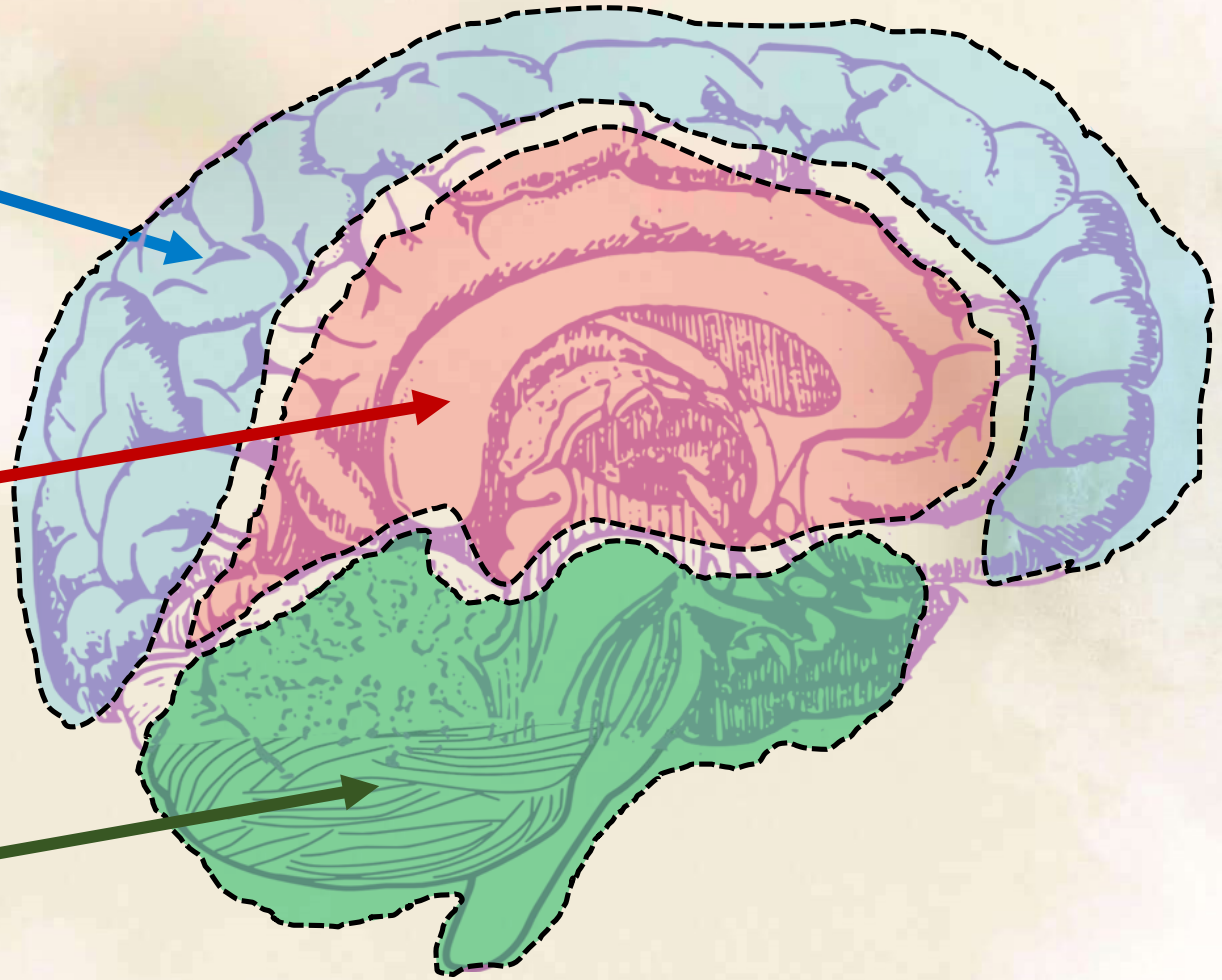
i per què?

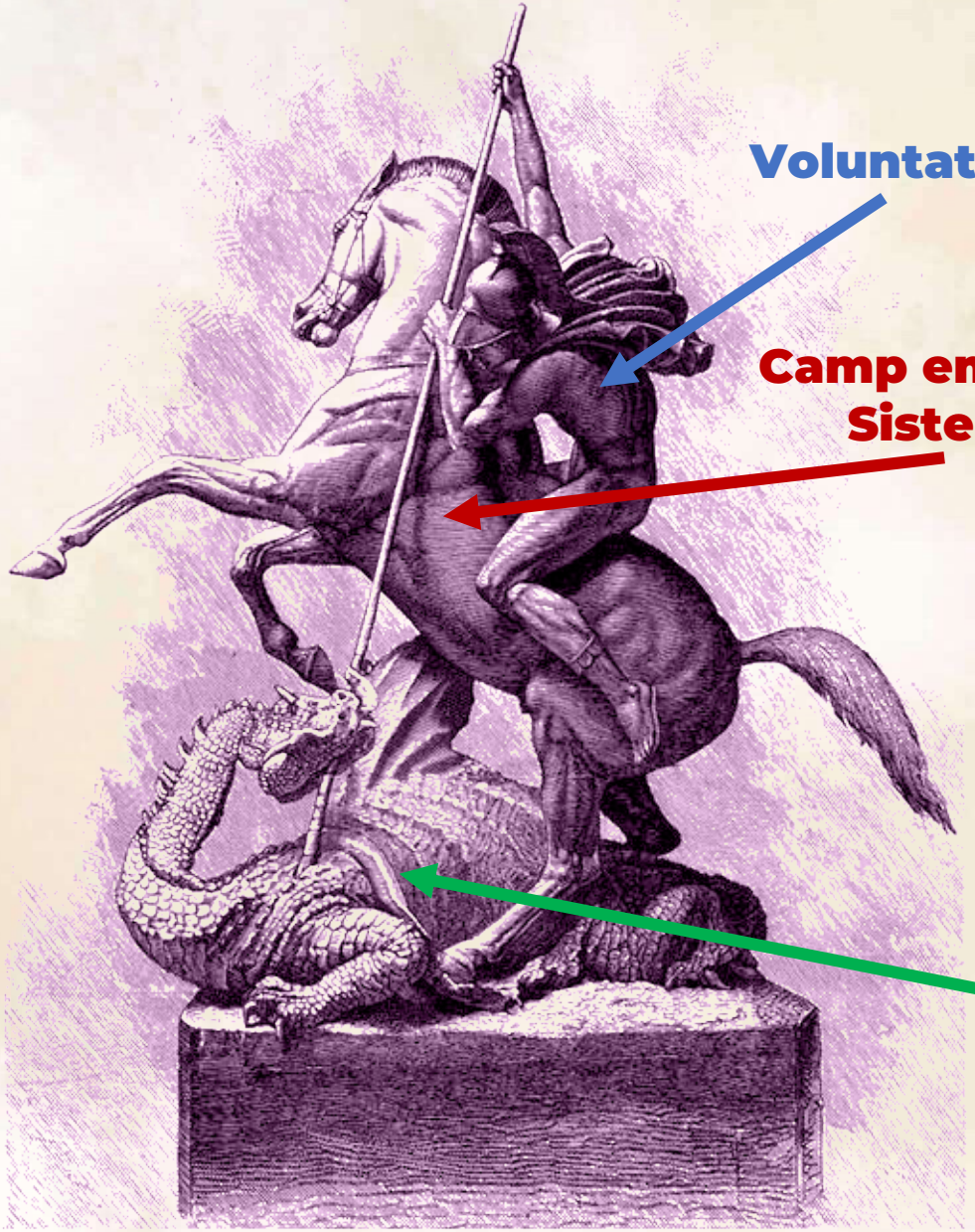
El context físic de les emocions

NEOCÒRTEX

SISTEMA LÍMBIC

MENT REPTILIANA

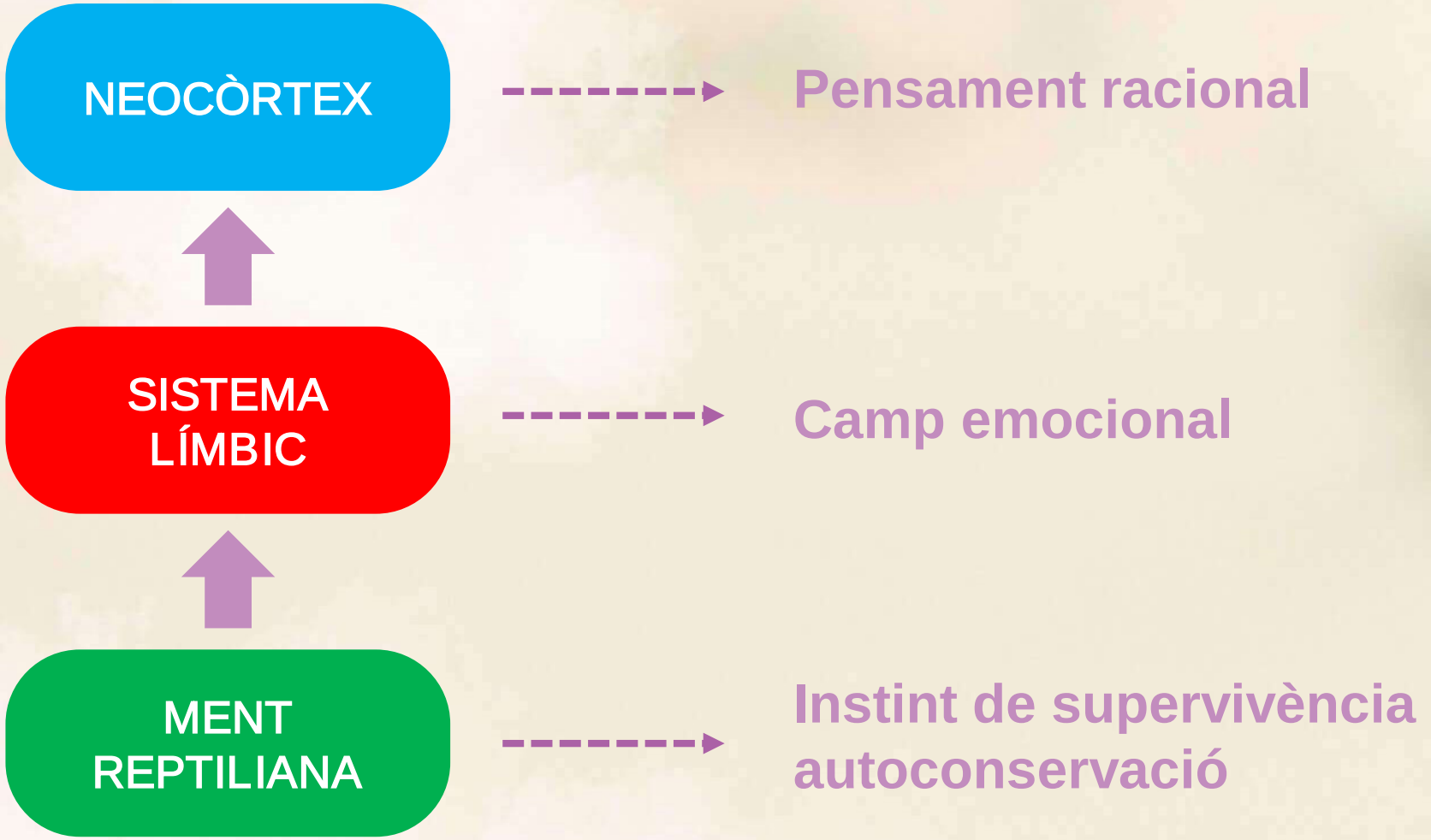




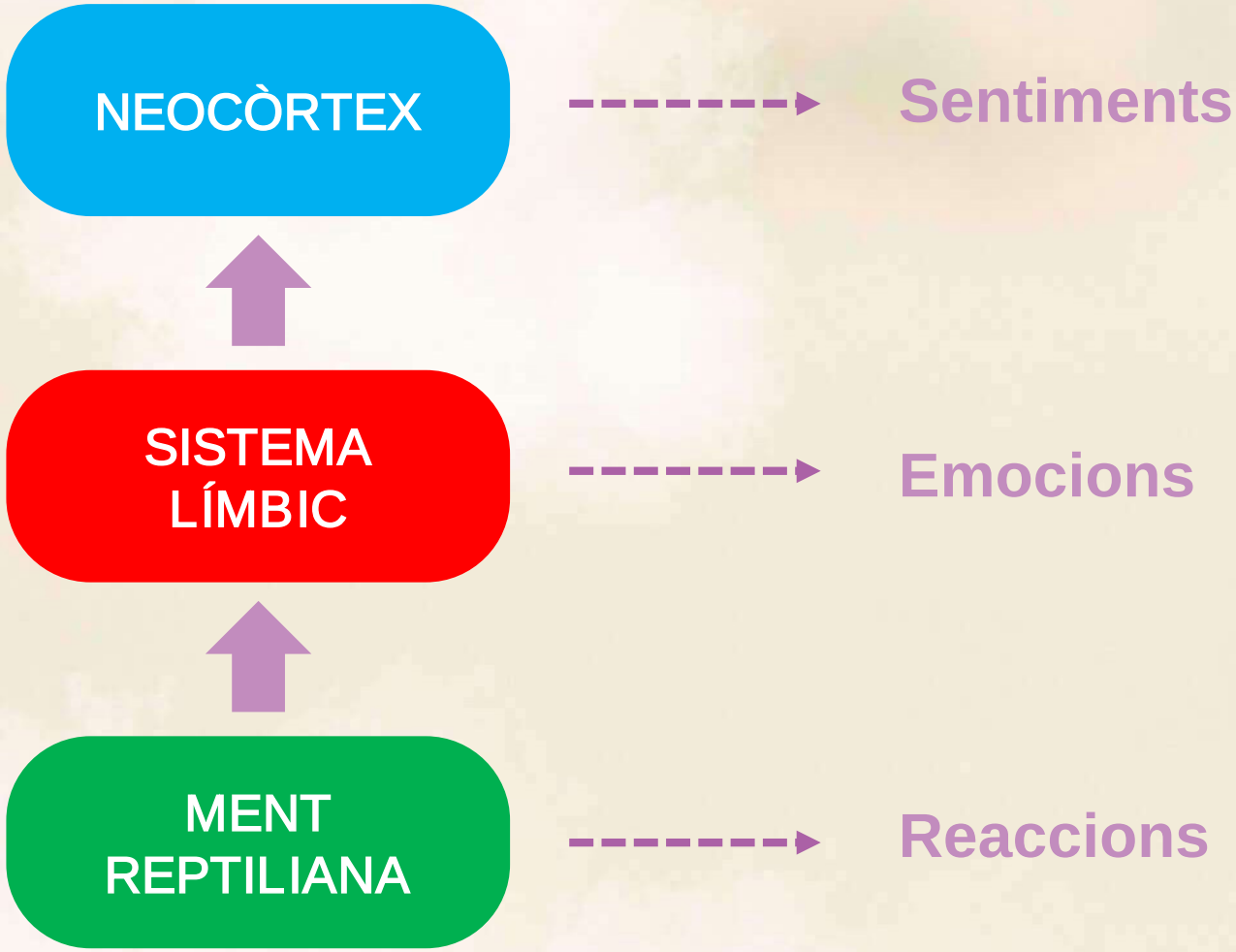
Sant Jordi

La llegenda de com el pensament conscient i voluntari és capaç de dominar la ment emocional i doblegar la ment reactiva

El context físic de les emocions

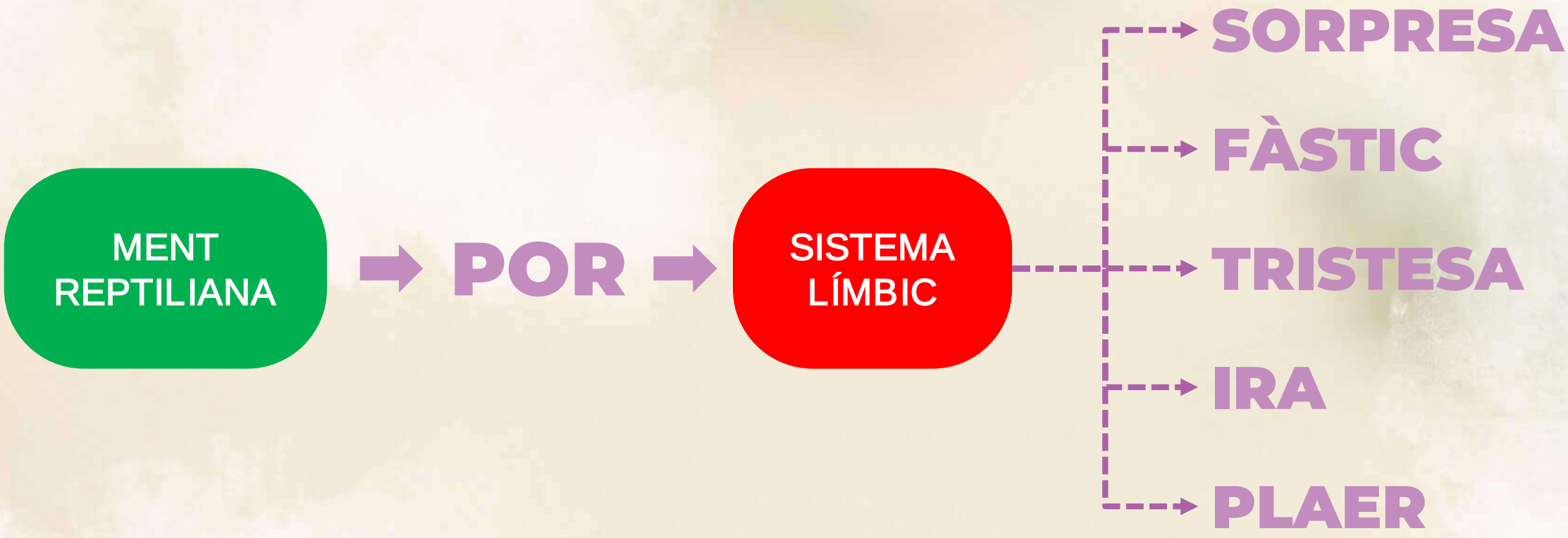


El context físic de les emocions

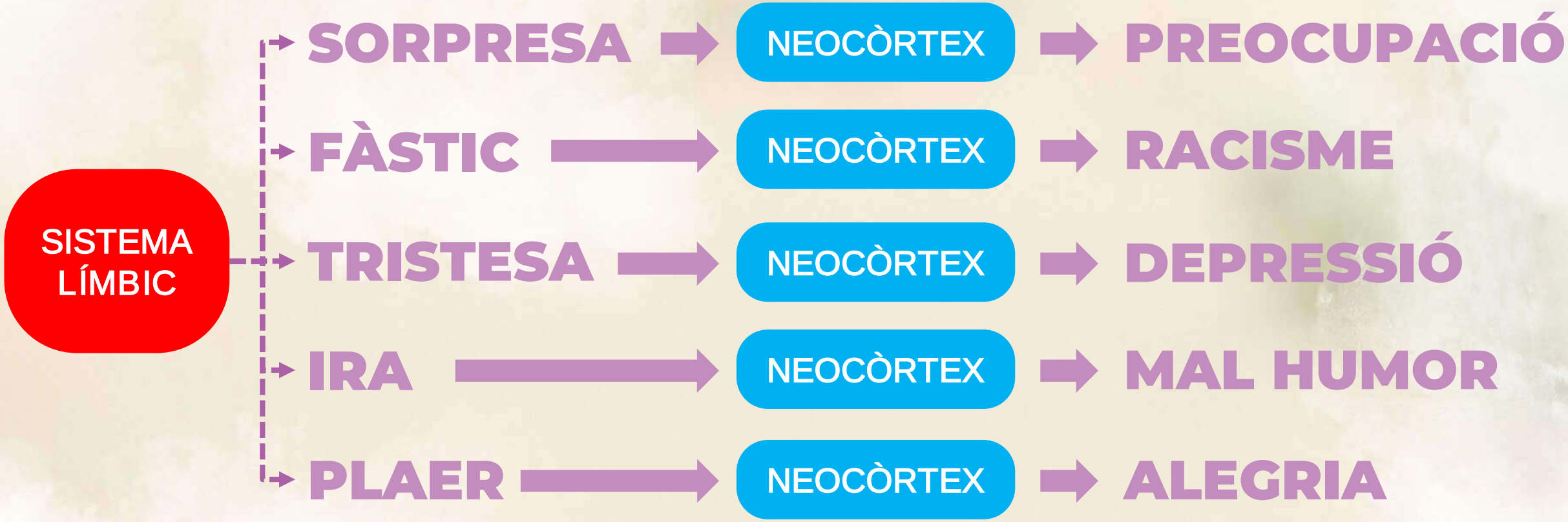


El context físic de les emocions




MENT REPTILIANA
POR
SISTEMA LÍMBIC
SORPRESA
FÀSTIC
TRISTESA
IRA
PLAER

El context físic de les emocions



POR

Mecanisme de reacció

Activa la resposta de lluita

REACTIVITAT

REACTIVITAT



ATAC (Fight)



FUGIDA (Flight)



BLOQUEIG (Freeze)



REACTIVITAT

REACCIÓ

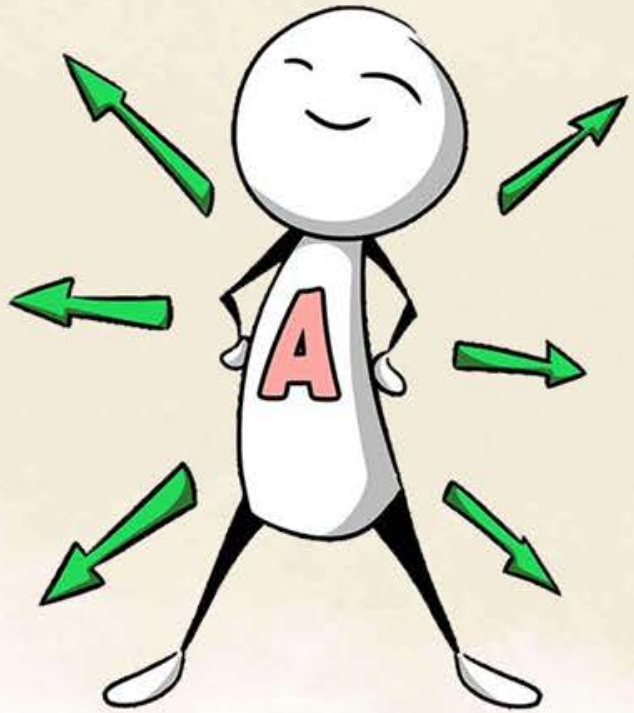


PROACTIVITAT

RESPOSTA

· EL PATRÓ TIPUS **A** ·

Persones que lluiten de manera crònica per aconseguir un gran número de reptes en el menor temps possible. Acostumen a donar respostes reactives basades en l'acció o l'atac. Són propenses a desenvolupar malalties cardiovasculars-coronàries.



Trets:

HIPERACTIU

IRRITABLE

AGRESSIU

IMPULSSIU

IMPACIENT

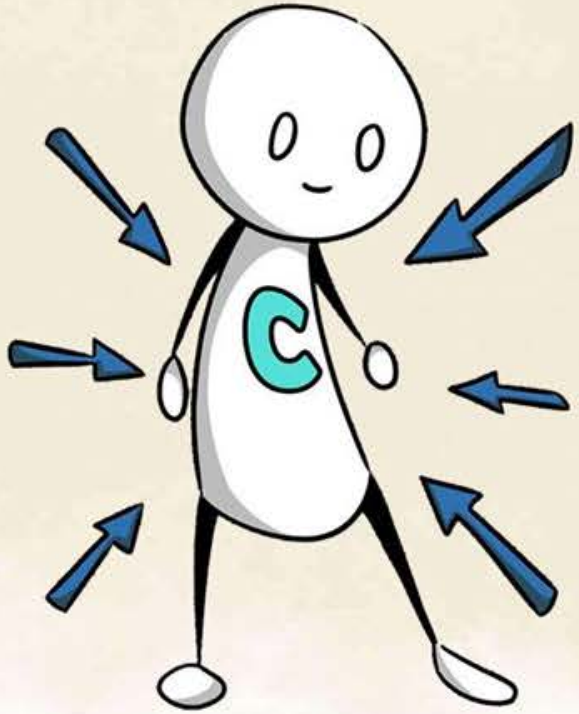
COMPETITIU

CONTROLADOR

EGOCÈNTRIC

· EL PATRÓ TIPUS C ·

Persones que són excessivament servicials amb els altres, planificadores i amb incapacitat de reivindicar o defensar els seus drets. Acostumen a ser pacients i submises, evitant sempre els conflictes. Degut a la incapacitat per defensar els seus drets acostumen a estar a la defensiva internament, sense expressar les seves emocions. El seu tipus de resposta reactiva és la fugida o la paralització. Són vulnerables a malalties immunodepressores i de depressió anímica.



Trets:

NECESSITA APROVACIÓ

SUBMÍS

CONFORMISTA

ANSIÓS

RESSIGNAT

SALVADOR

INDECÍS

ORDENAT

MORALISTA

· LES RESPOSTES DE LLUITA ·



ATAC (Fight)



FUGIDA (Flight)



BLOQUEIG (Freeze)

PATRÓ A

PATRÓ C

· EL PATRÓ TIPUS **B** ·

És el patró de més tolerància a l'estrès i es caracteritza per actuar de manera moderada. Acostumen a pensar que tot té solució i no es desgasten sentint-se víctimes de la situació sinó agents actius i creatius per canviar el que està a les seves mans i adaptar-se al que no depèn d'ells.



Trets:

CONFIAT

RELAXAT

OPTIMISTA

ESPONTANI

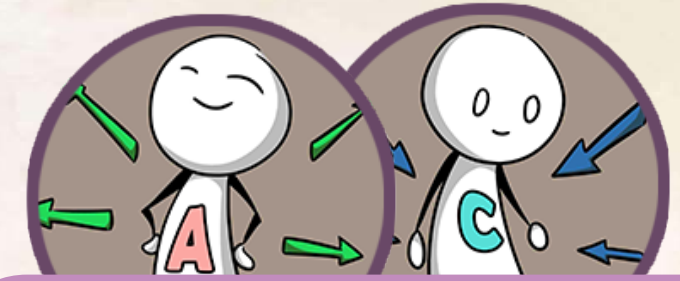
ALEGRE

PRÀCTIC

CREATIU

CURIÓS

ASSERTIU



PATRONS A,C

AUTOMÀTIC

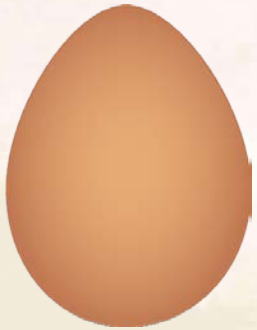


PATRÓ B

VOLUNTARI

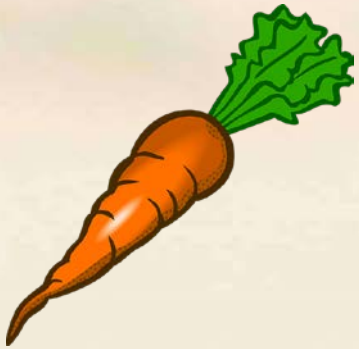


· Metàfora de l'olla a bullir ·



OU

Què li passa quan bull?



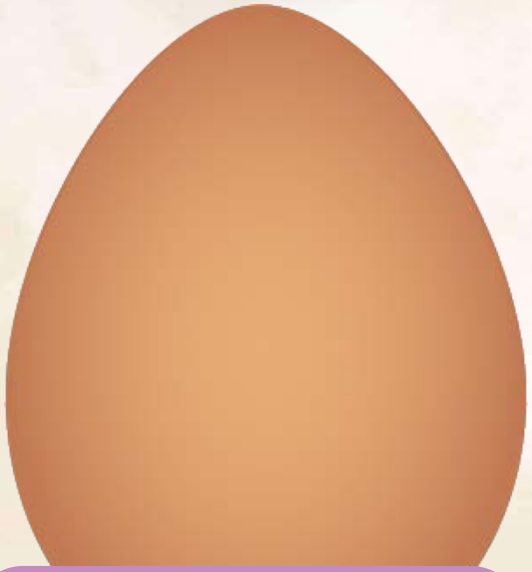
PASTANAGA

Què li passa quan bull?

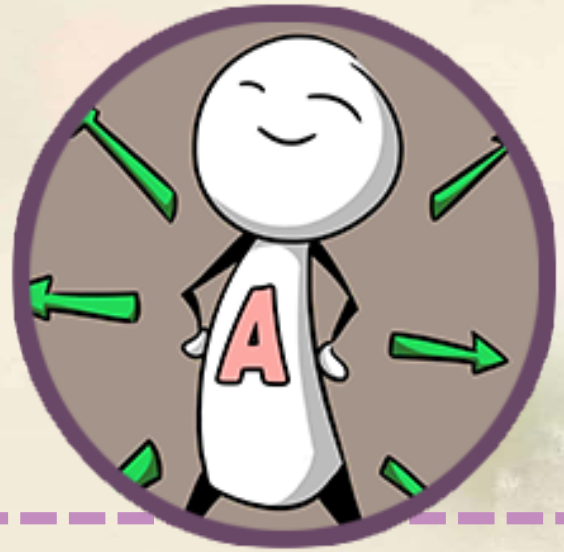


GRA DE CAFÈ

Què li passa quan bull?



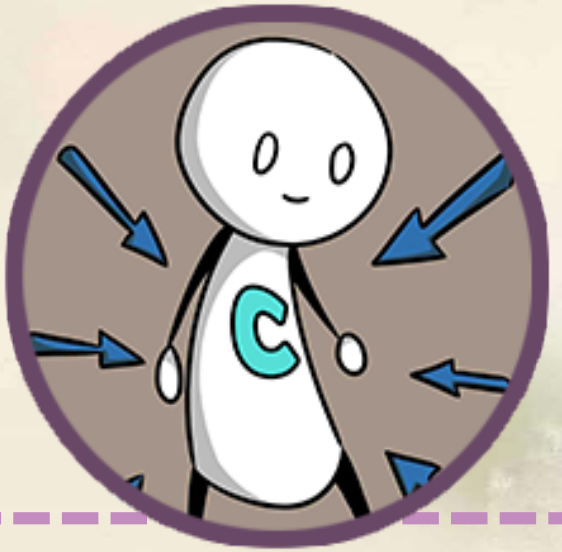
OU



PATRÓ A



PASTANAGA



PATRÓ C



GRA DE CAFÈ



PATRÓ B

Acceptació

(O PRESSIÓ DE L'ENTORN?)

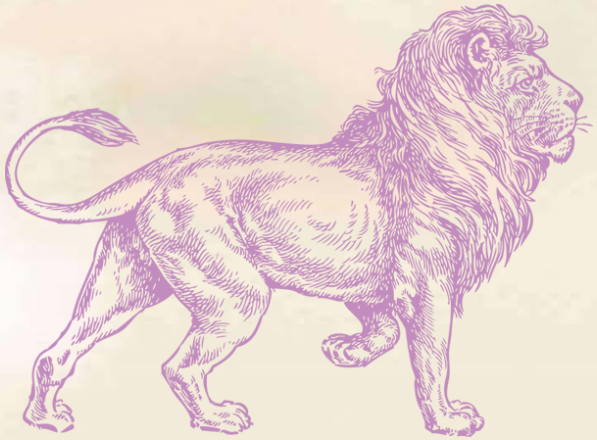




LA ZONA DE CONFORT



ZONA DE CONFORT



SITUACIÓ EXCEPCIONAL



TENSIÓ

TENSIÓ = ESTRÈS



ESTRÈS

DISTRÈS

EUTRÈS



Distrès

PROBLEMA

Anticipo un resultat negatiu perquè desconfio dels meus recursos.

Eutrès

REPTE

M’enfoco en el millor de mi i en desenvolupar els recursos que no tinc per aconseguir un resultat.



Per què dues persones responen de manera diferent davant una mateixa situació excepcional?

Hàbits saludables

El coixí social

Variables socioeconòmiques

Trauma ***(Sortida de la zona de confort)***

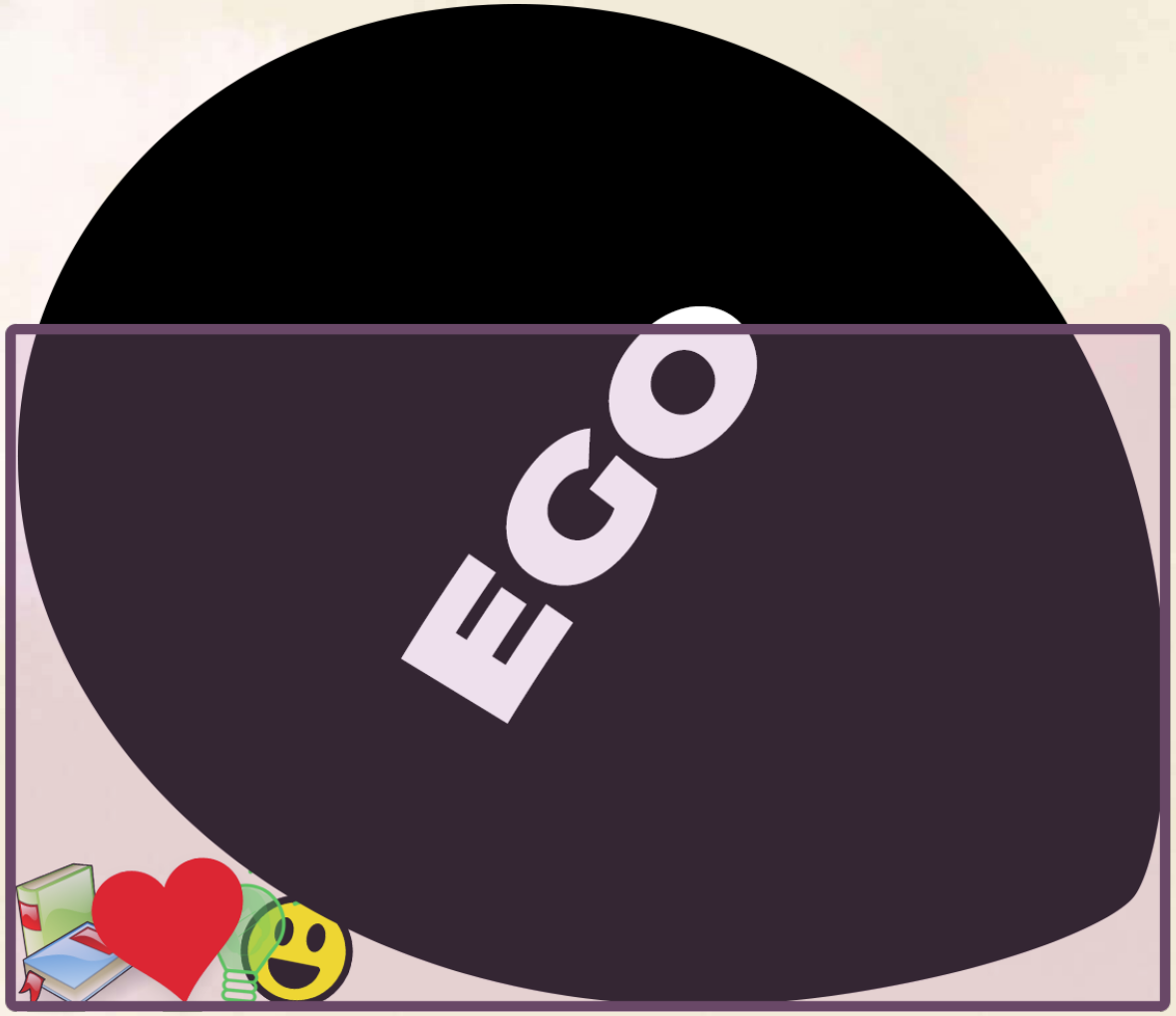
La personalitat

PERSONALITAT vs EGO





Personalitat



Personalitat

Consciència

La ment racional / La ment superior



Ego

La “ment” de l’instint / La ment inferior

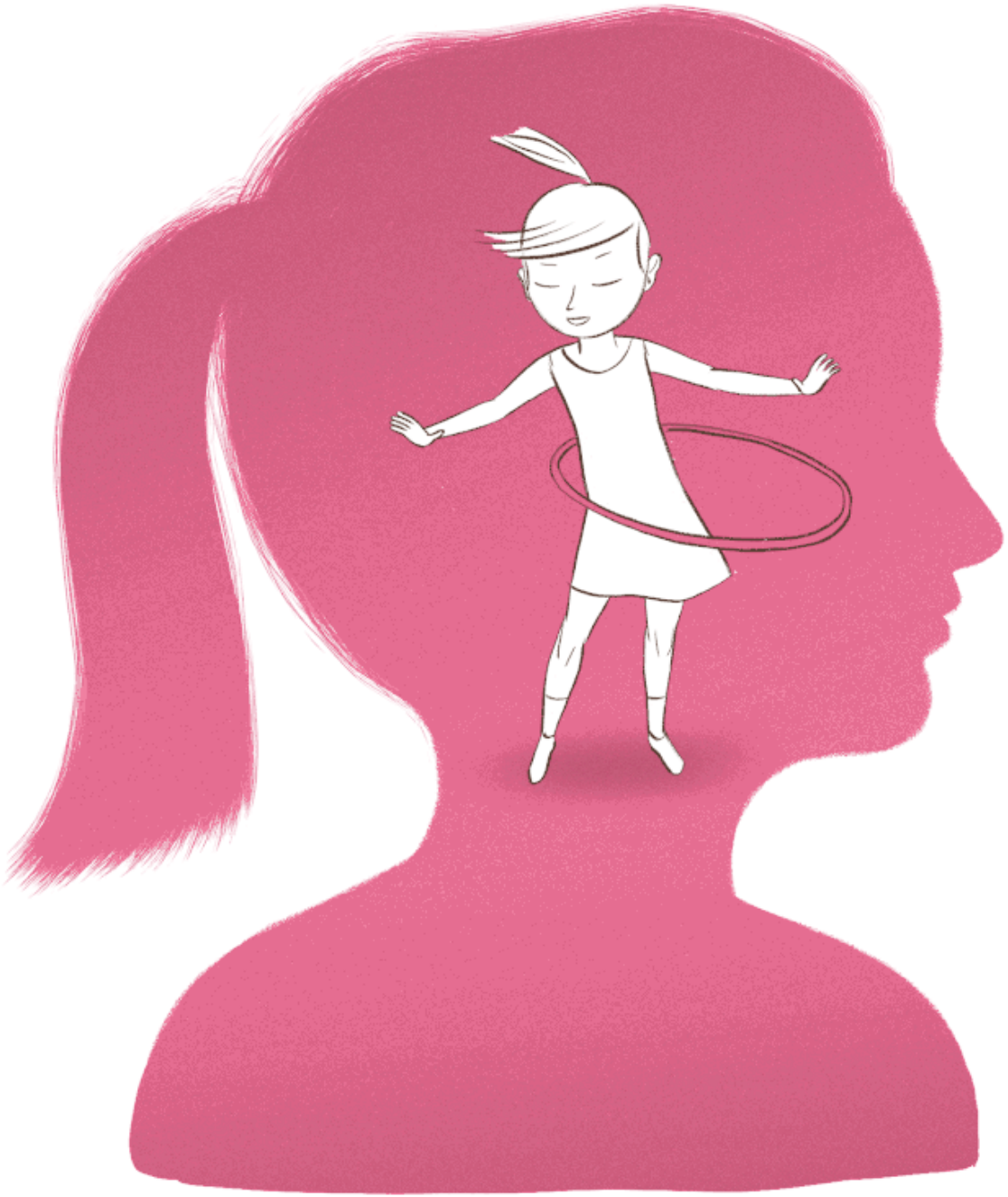


Centaure



VS

?



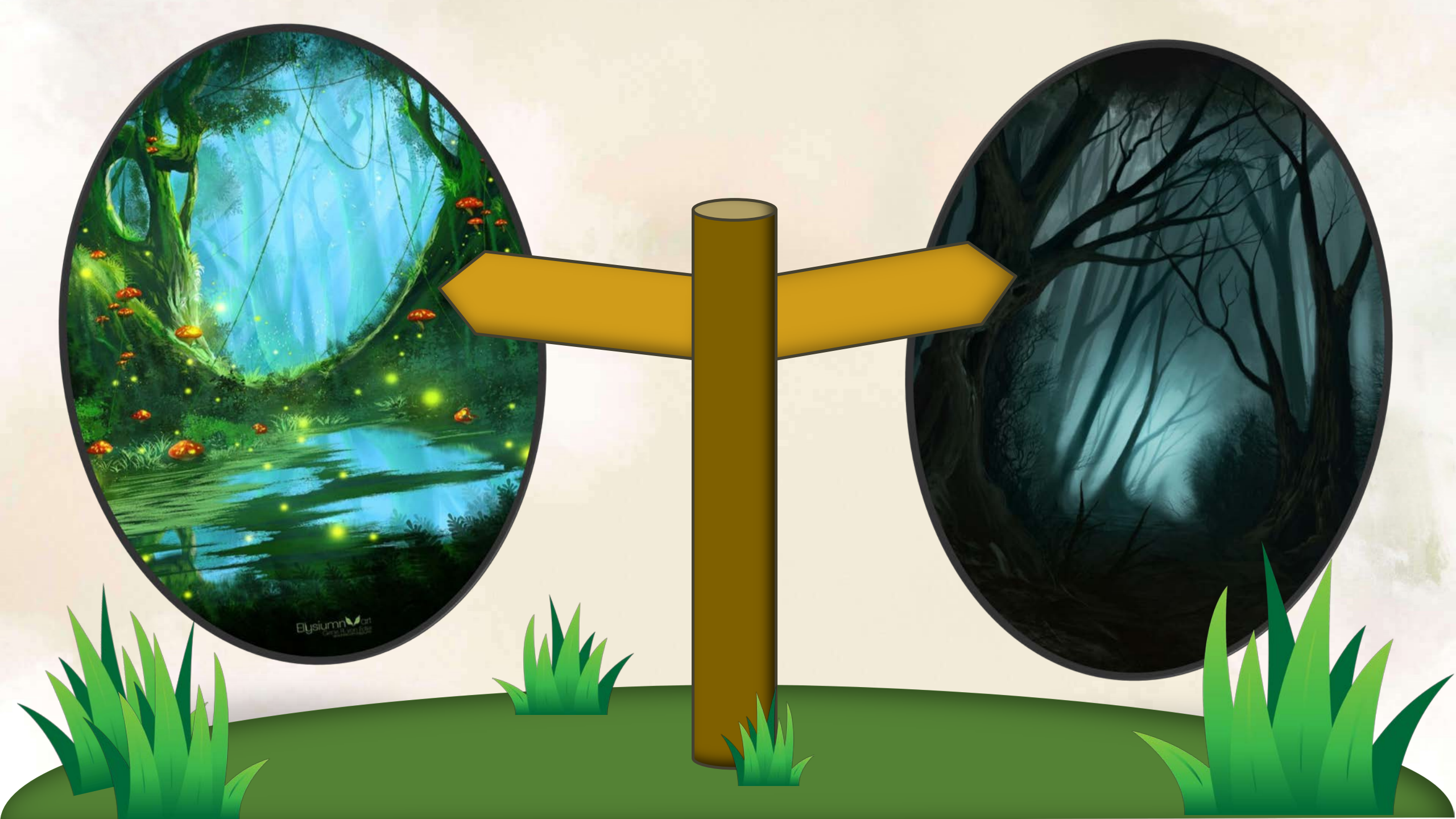

@JoJoesArt

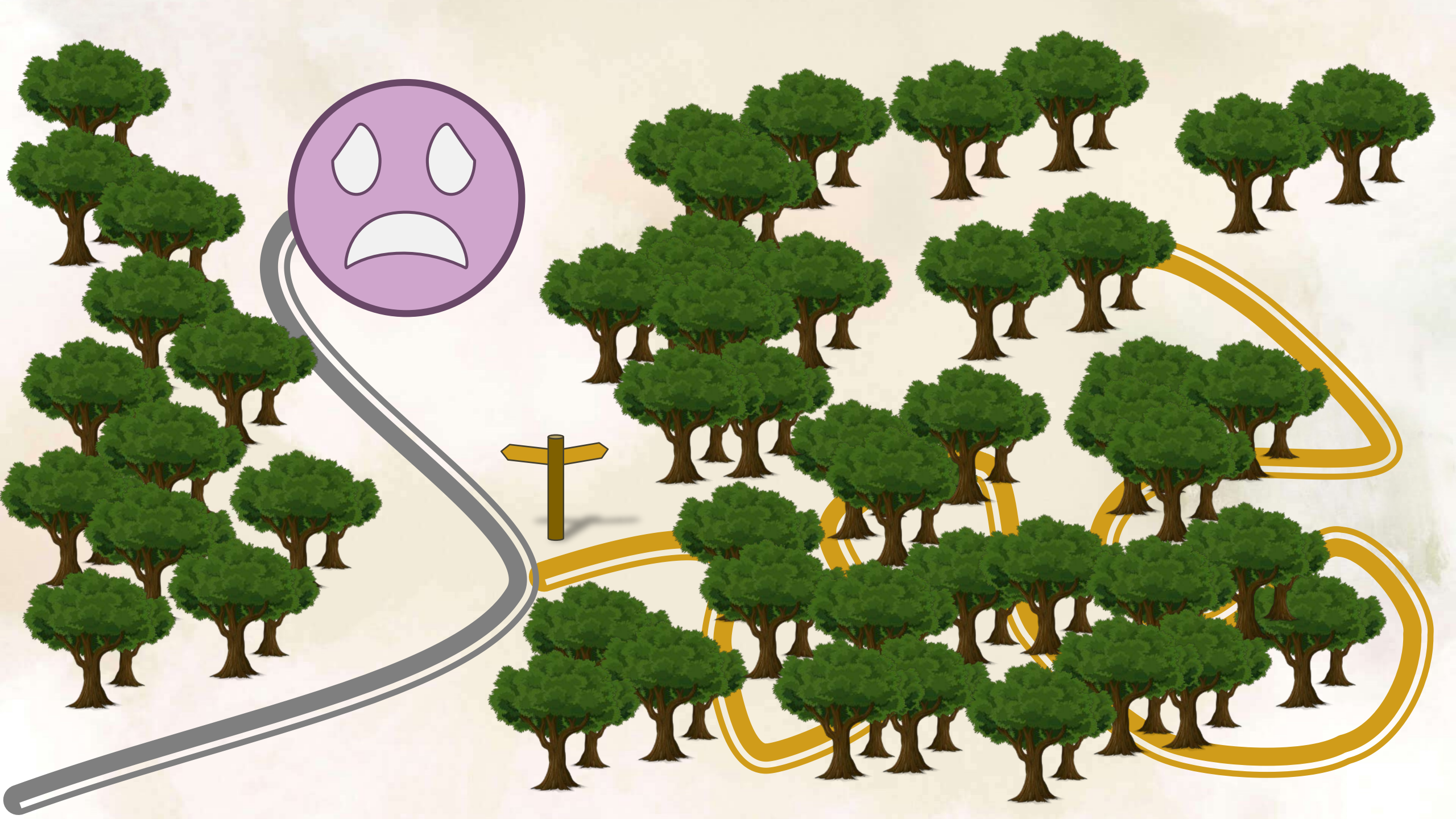

EGO

+

=


MENT
RACIONAL


Elysiumn



Per què dues persones responen de manera diferent davant una mateixa situació excepcional?



SITUACIÓ EXCEPCIONAL



TENSIÓ



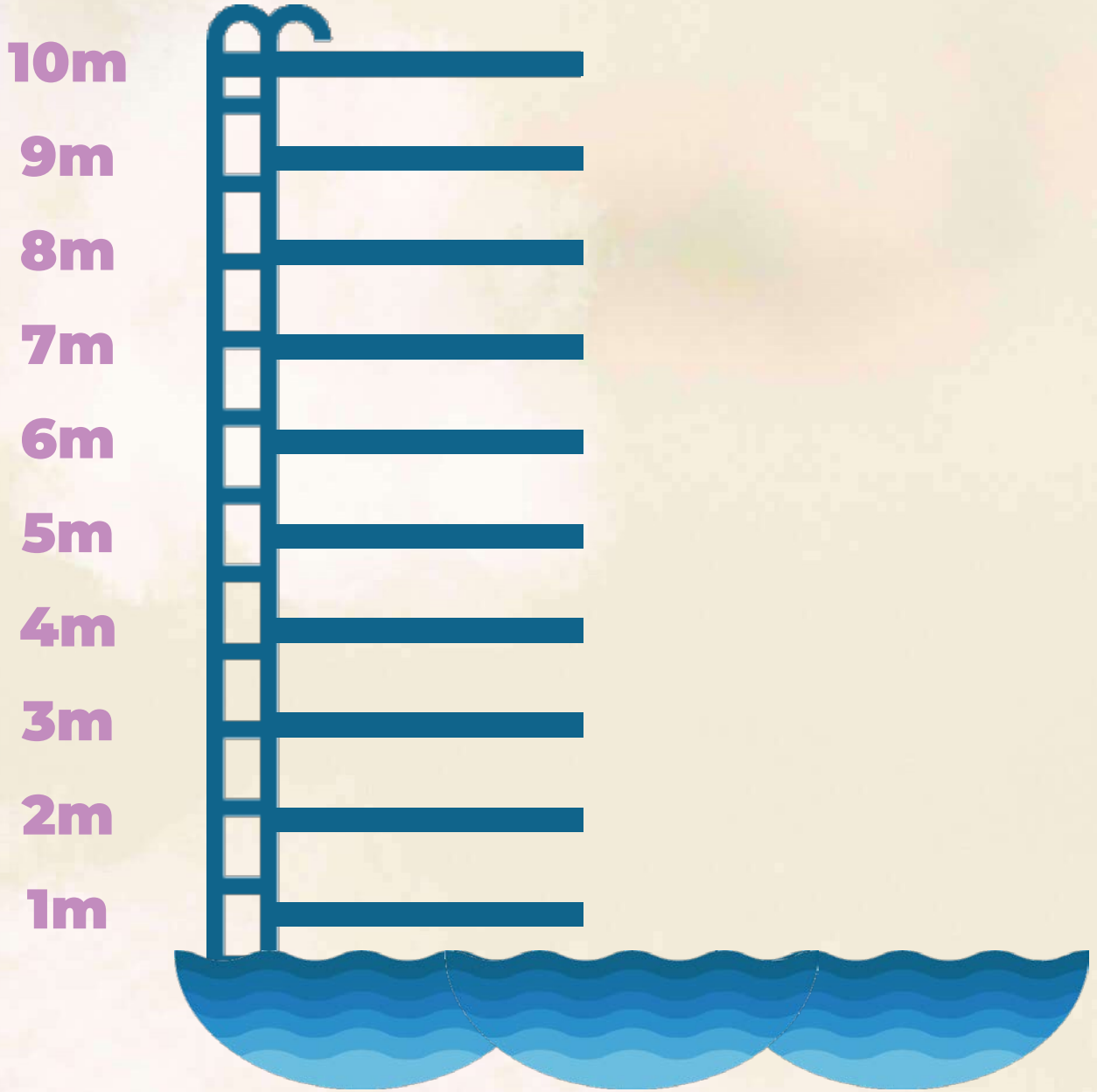
RUTINA

Seqüència
conscient

Es realitza de
15 a **250**
vegades

HÀBIT

Seqüència
inconscient


10m
9m
8m
7m
6m
5m
4m
3m
2m
1m

Per què dues persones responen de manera diferent davant una mateixa situació excepcional?



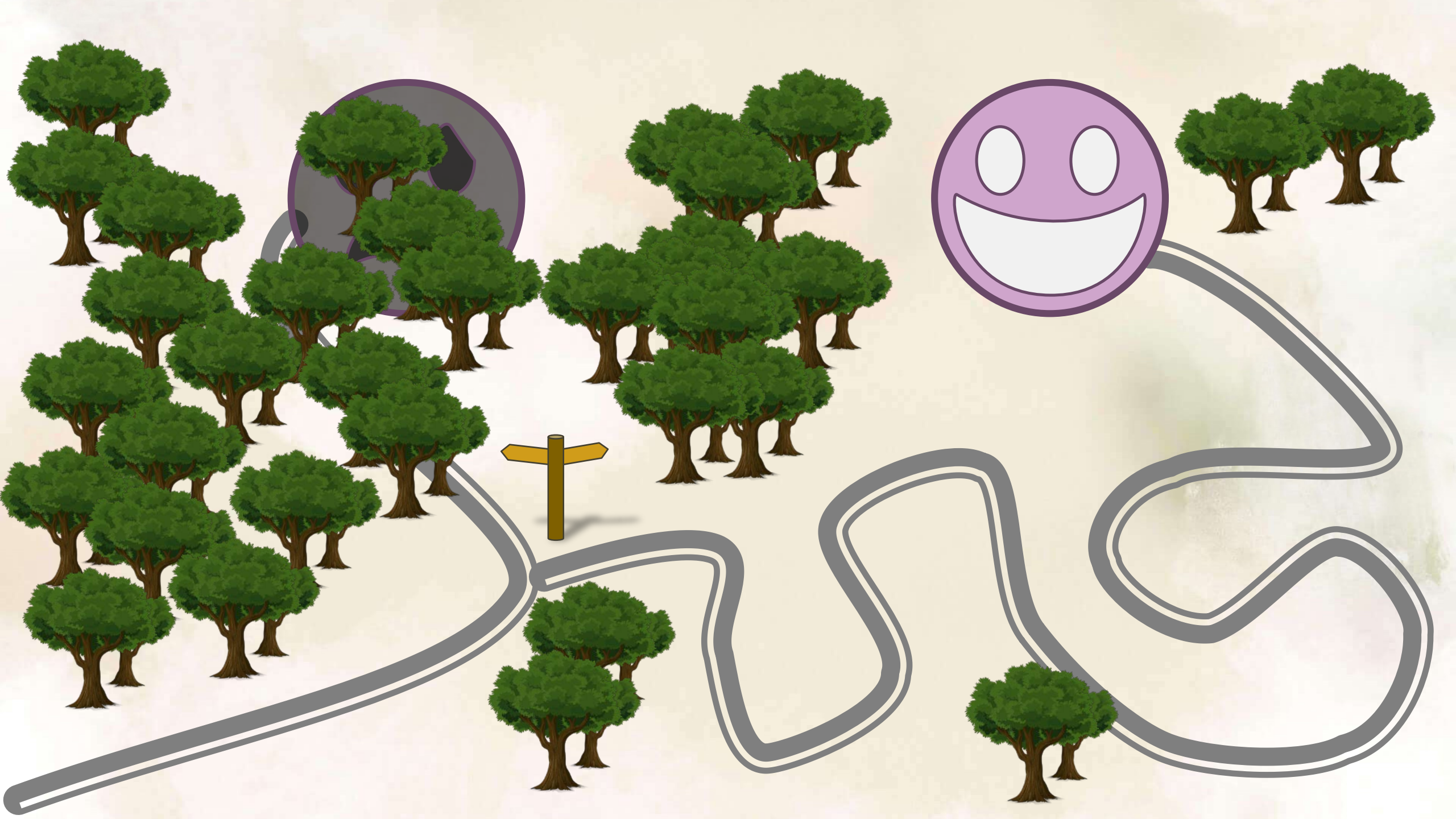
SITUACIÓ EXCEPCIONAL



TENSIÓ



ZONA DE CONFORT



TAULA A B C

A	B	C
Esdeveniment	**Interpretació** de l'esdeveniment	**Resultat** de la interpretació de l'esdeveniment

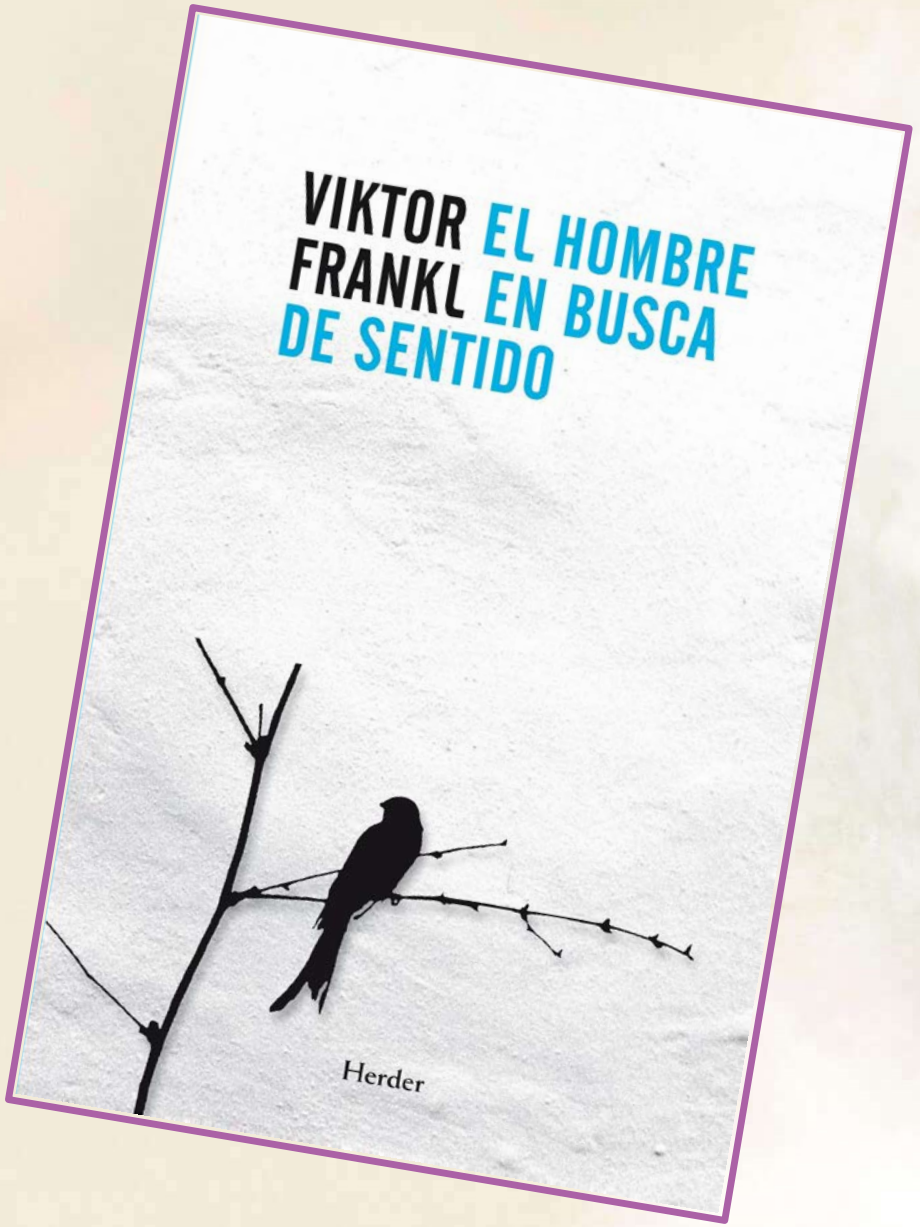
LOGOS

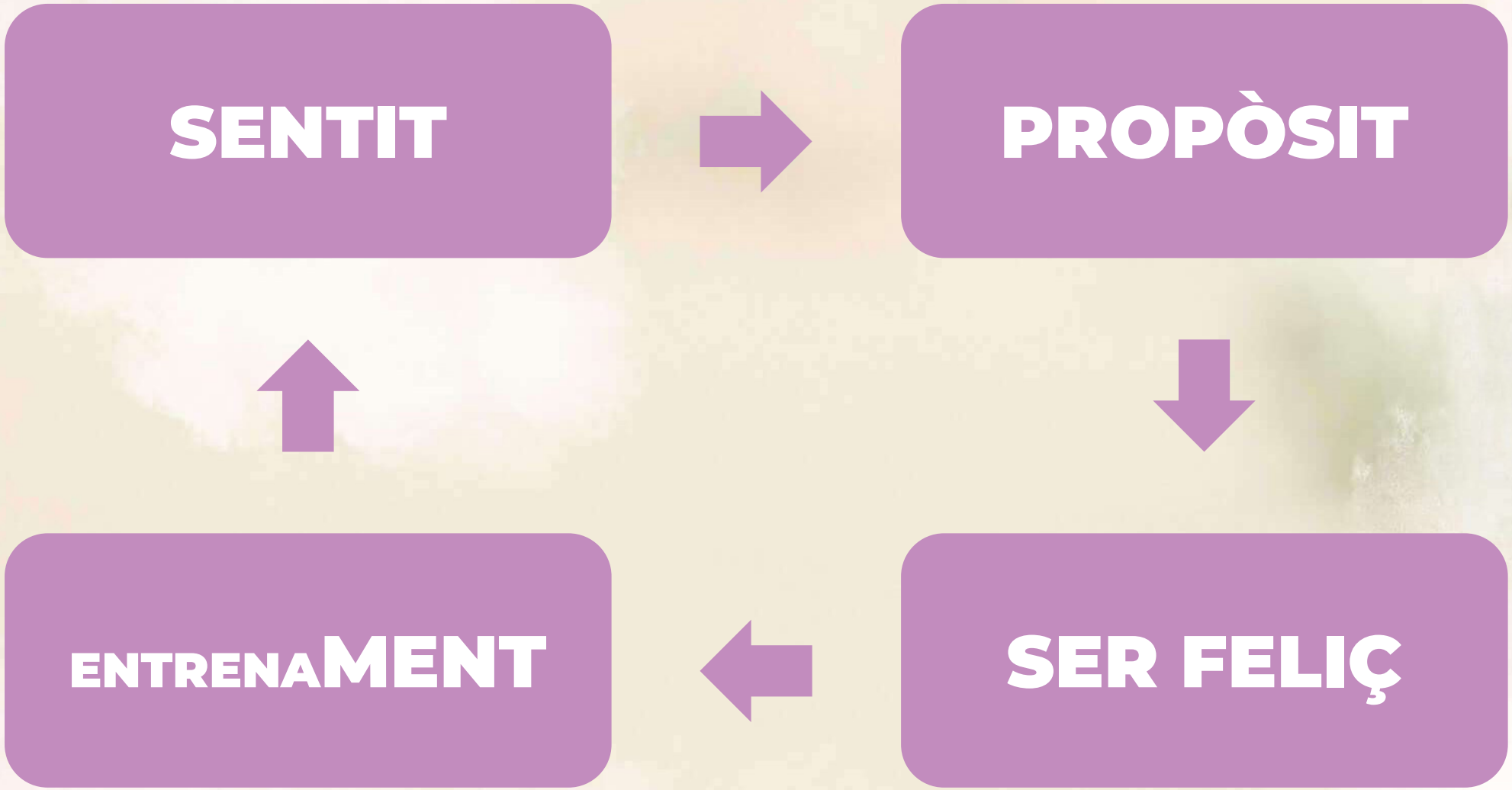


SENTIT

El hombre en busca de sentido

Viktor Frankl




SENTIT
PROPÒSIT
SER FELIÇ
ENTRENAMENT



TRASCENDIR L'EGO

El propòsit de l'ésser humà

CONFLICTE
amb...

VEURE'LS
com...

PERSONES → **ENTRENADORS**

SITUACIONS → **ENTRENAMENTS**

El Principi d'ACCEPTACIÓ

QUEIXAR-SE

LLUITA EXTERNA

RESSIGNAR-SE

LLUITA INTERNA

El Principi d'ACCEPTACIÓ

ACCEPTAR

NO LLUITAR

El Principi d'ACCEPTACIÓ

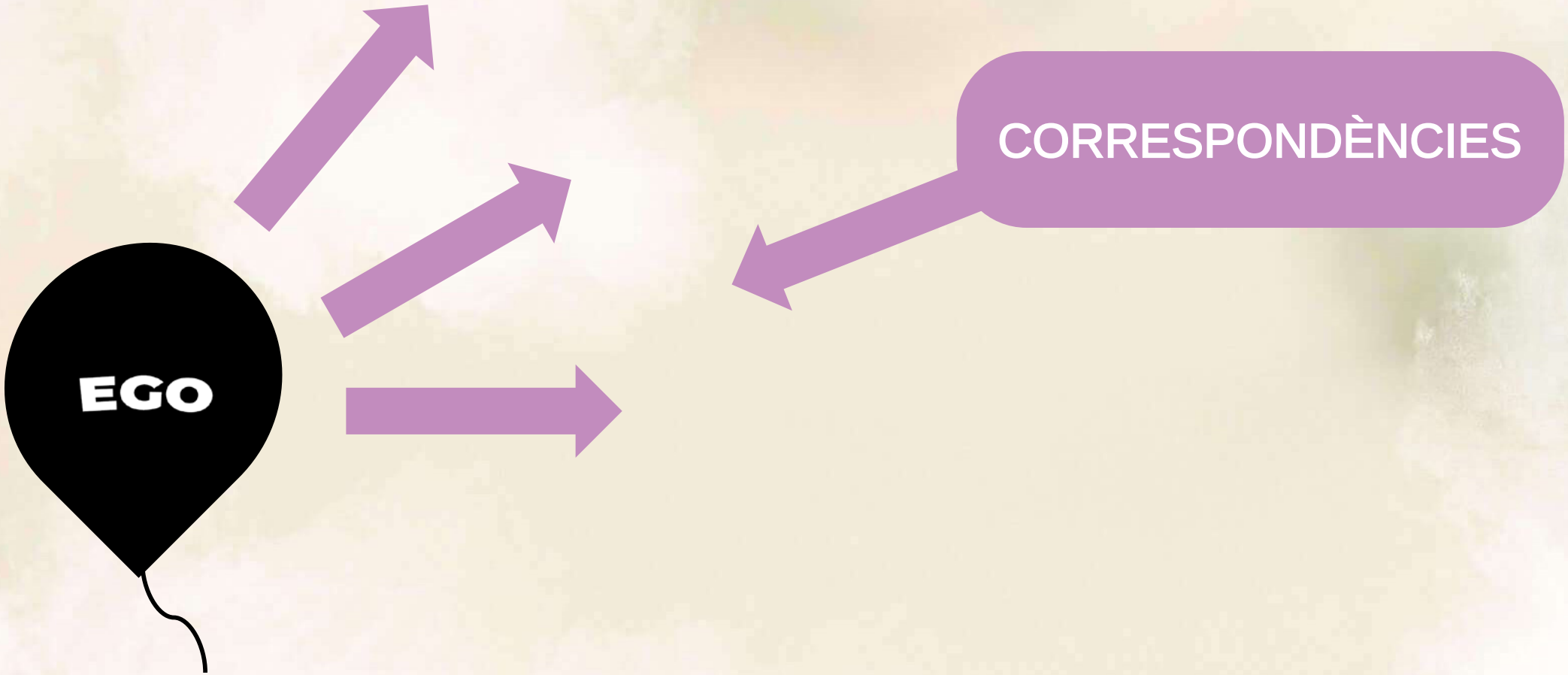
ACCEPTAR...

les

CORRESPONDÈNCIES



El Principi d'ACCEPTACIÓ



EL MIRALL



El Principi d'ACCEPTACIÓ

ACCEPTAR...

Que perseguim

FANTASMES



El Principi d'ACCEPTACIÓ

Pensem que...

Tenim un problema amb una persona

En realitat...

Tenim un problema amb que la persona no encaixa amb la imatge que esperem de la persona

El Principi d'ACCEPTACIÓ

Pensem que...

Tenim un problema amb una situació

En realitat...

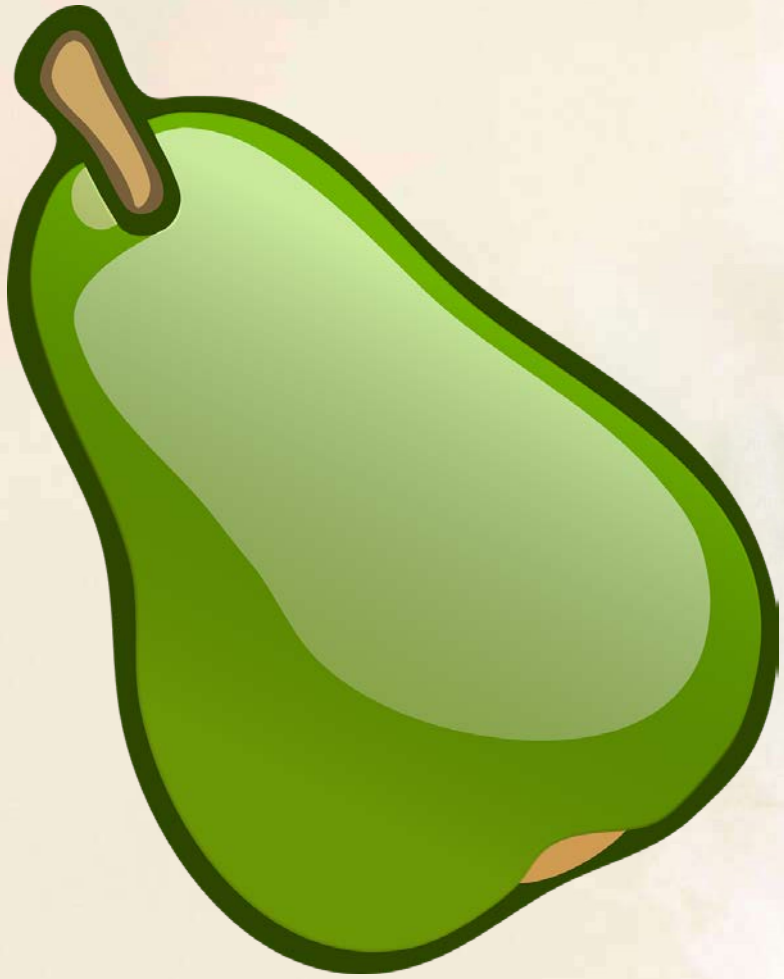
Tenim un problema amb que la situació no encaixa amb la imatge que esperem de la situació

El Principi d'ACCEPTACIÓ

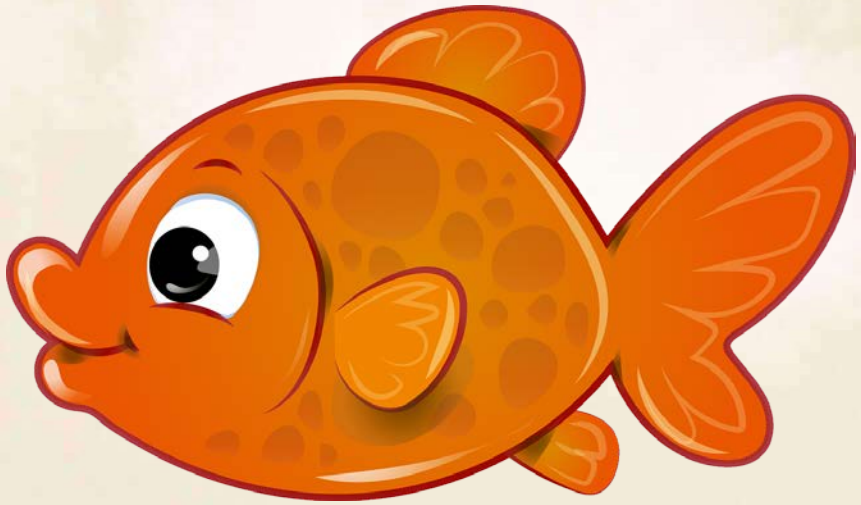
ACCEPTAR...

Que

Estem equivocats



El Principi d'ACCEPTACIÓ



"Si mides la inteligencia de un pez en base a su capacidad para escalar un árbol, siempre parecerá un idiota."

El Principi d'ACCEPTACIÓ



"No le pidas peras al olmo"



ACORDS

i delimitacions

ACORDS

IMPLÍCITS

EXPLÍCITS

DELIMITACIONS

El Principi d'ACCEPTACIÓ

ACCEPTAR...

Que

NO ACCEPTEM



El Principi d'ACCEPTACIÓ

Canviaries a alguna persona?

Canviaries la teva casa?

Canviaries la teva feina?

Canviaries d'ubicació?

Canviaries el teu cos?

Canviaries el món?



El tigre vegetarià

El Principi d'ACCEPTACIÓ

ACCEPTAR...

Que no som

CULPABLES DE RES



però som RESPONSABLES DE TOT

El Triangle de Karpman / El Triangle INFERNAL



VÍCTIMA

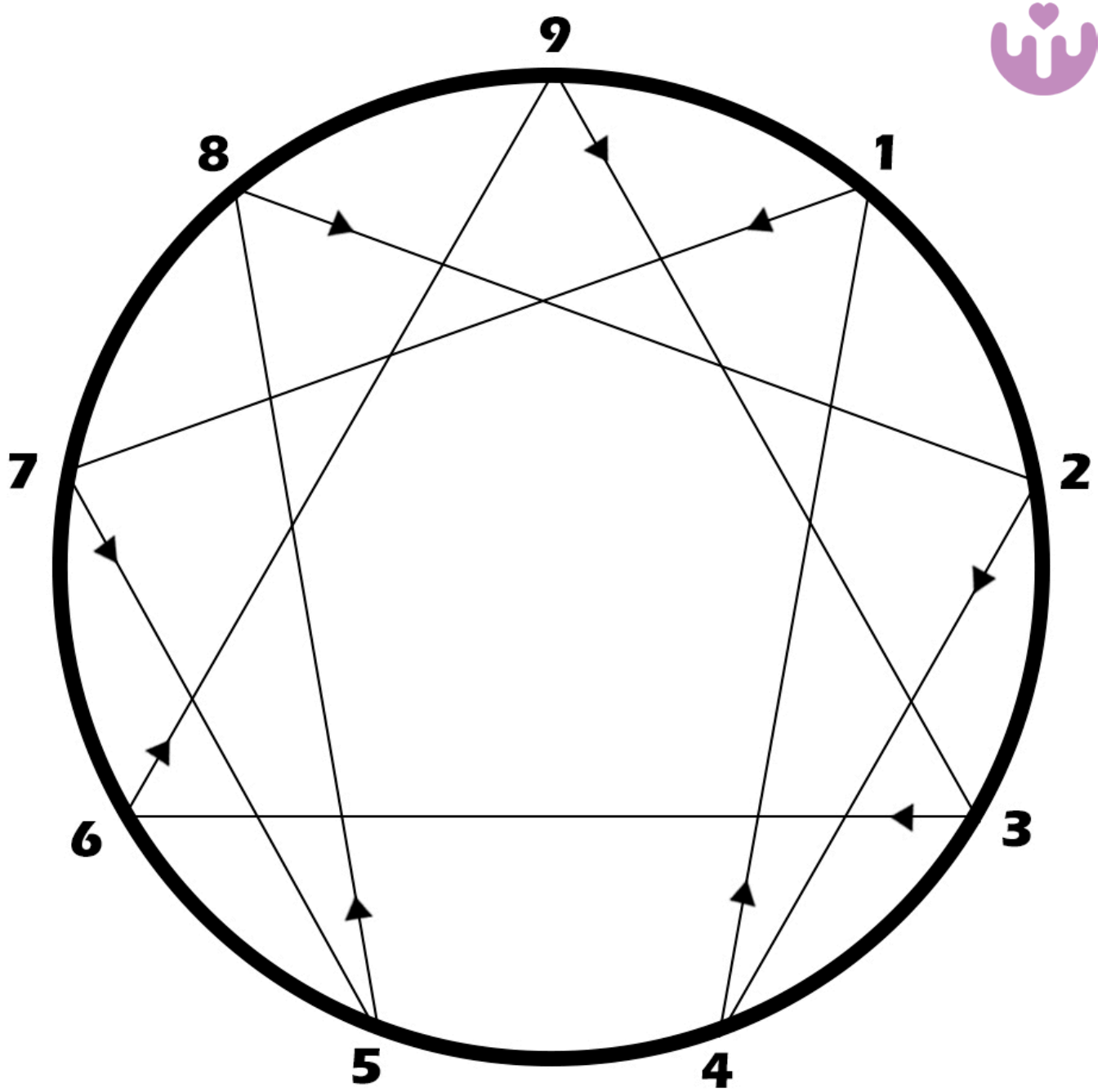


SALVADOR



PERSEGUIDOR

ENEAGRAMA

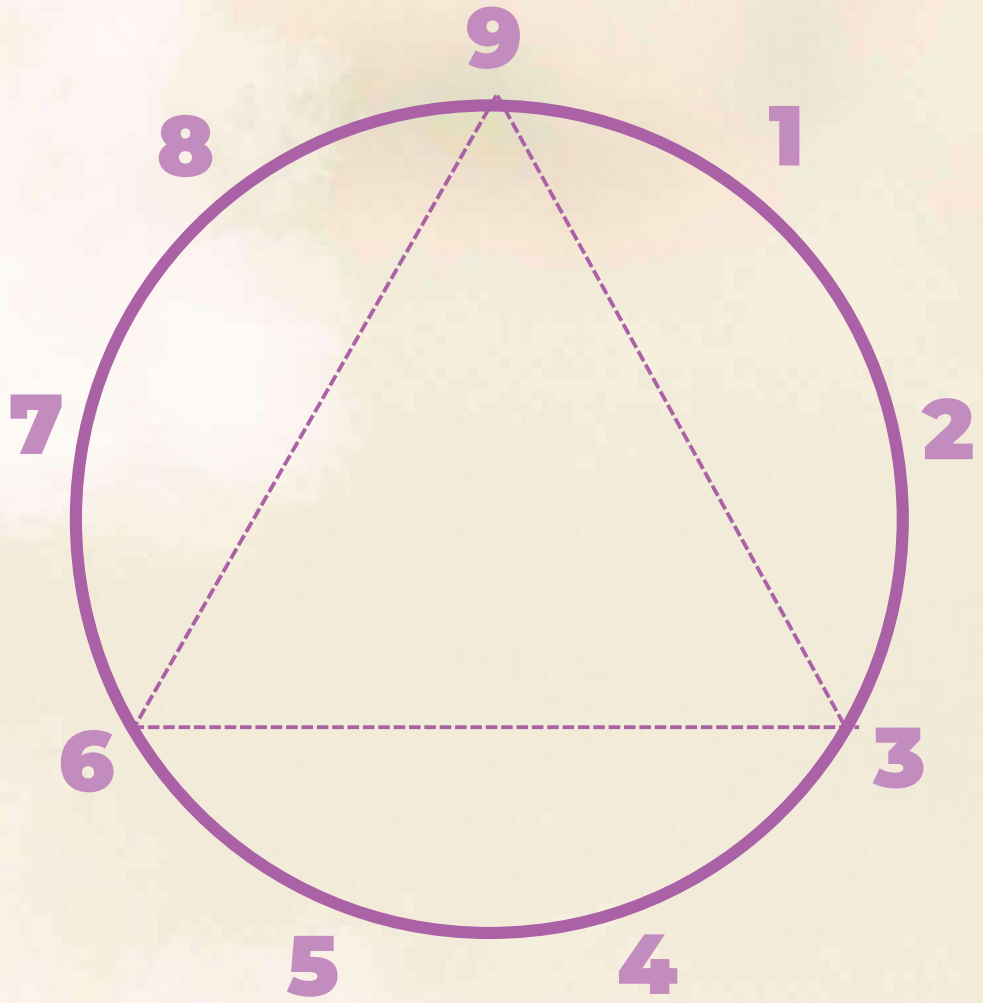


9
ENEATIPS

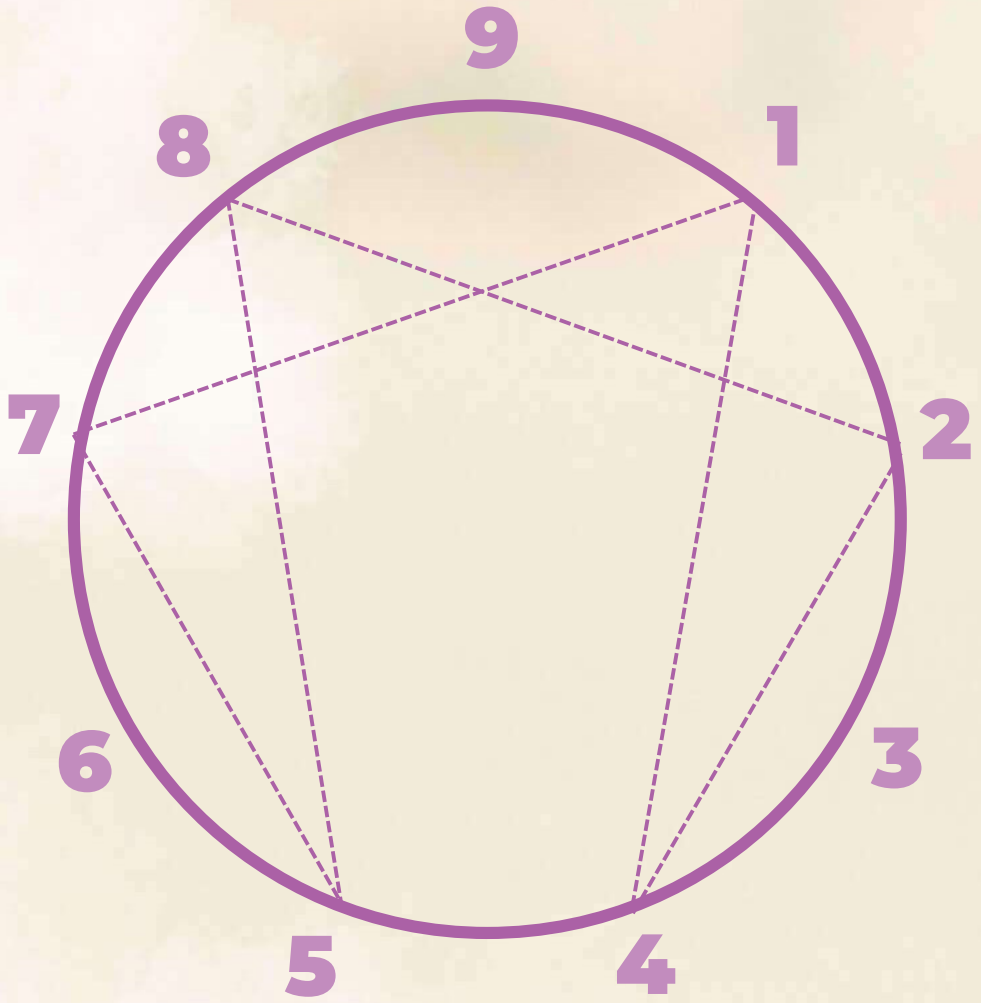
9
ESTRATÈGIES

9
INTERPRETACIONS

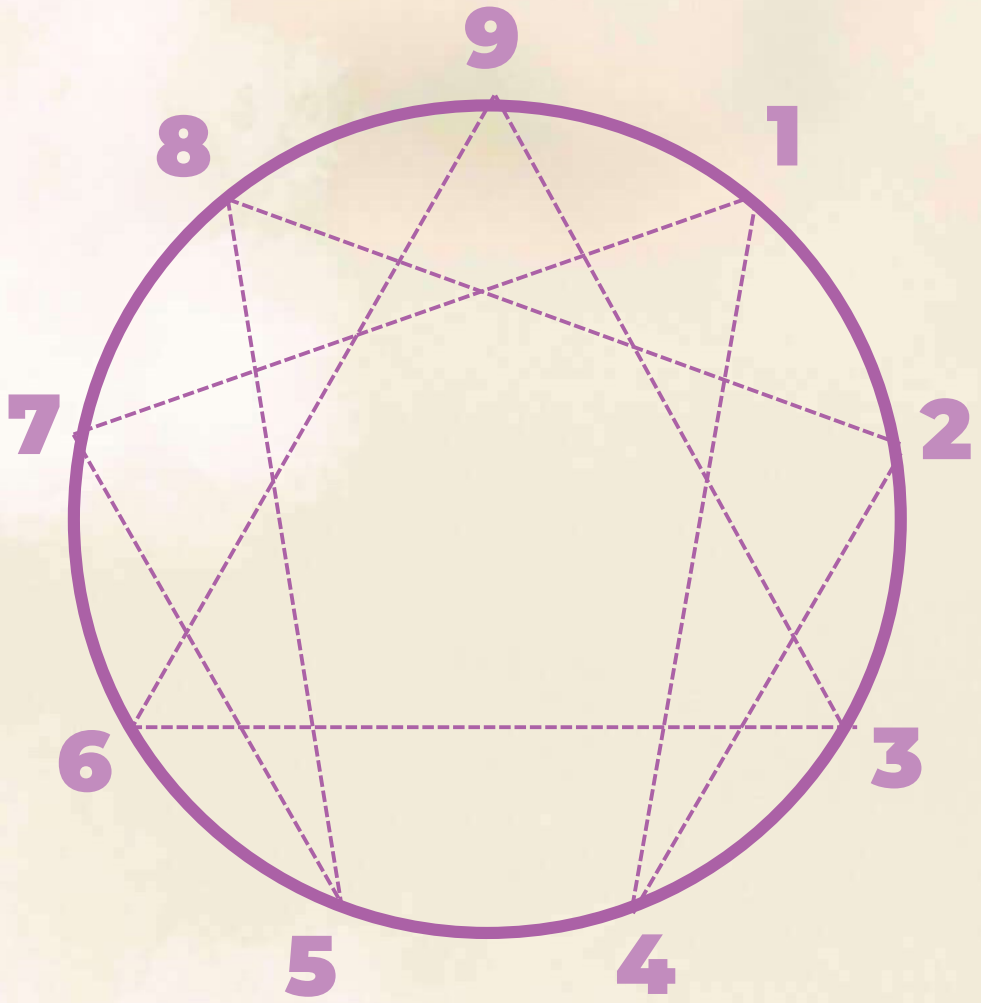
RELACIONS



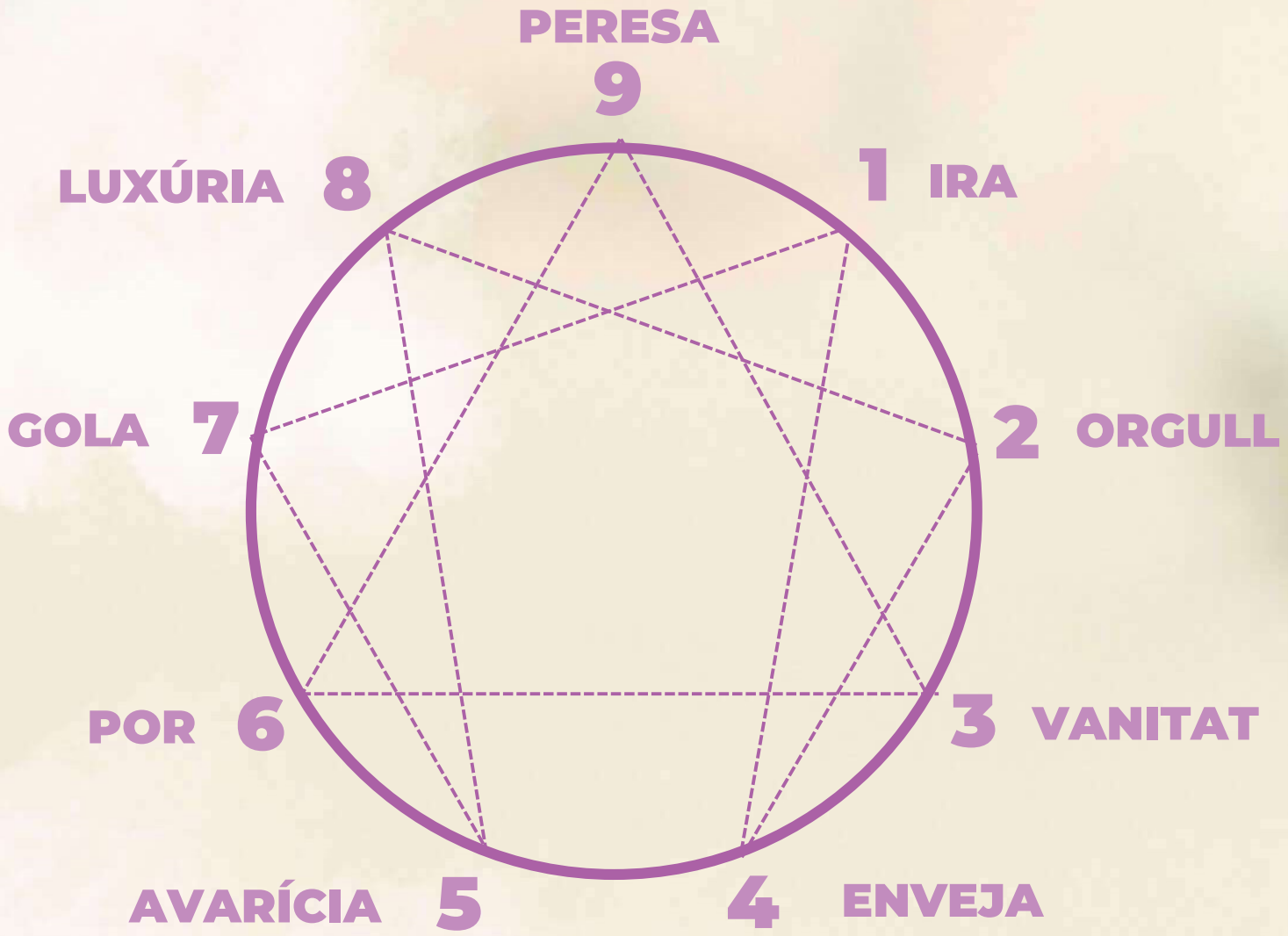
RELACIONS



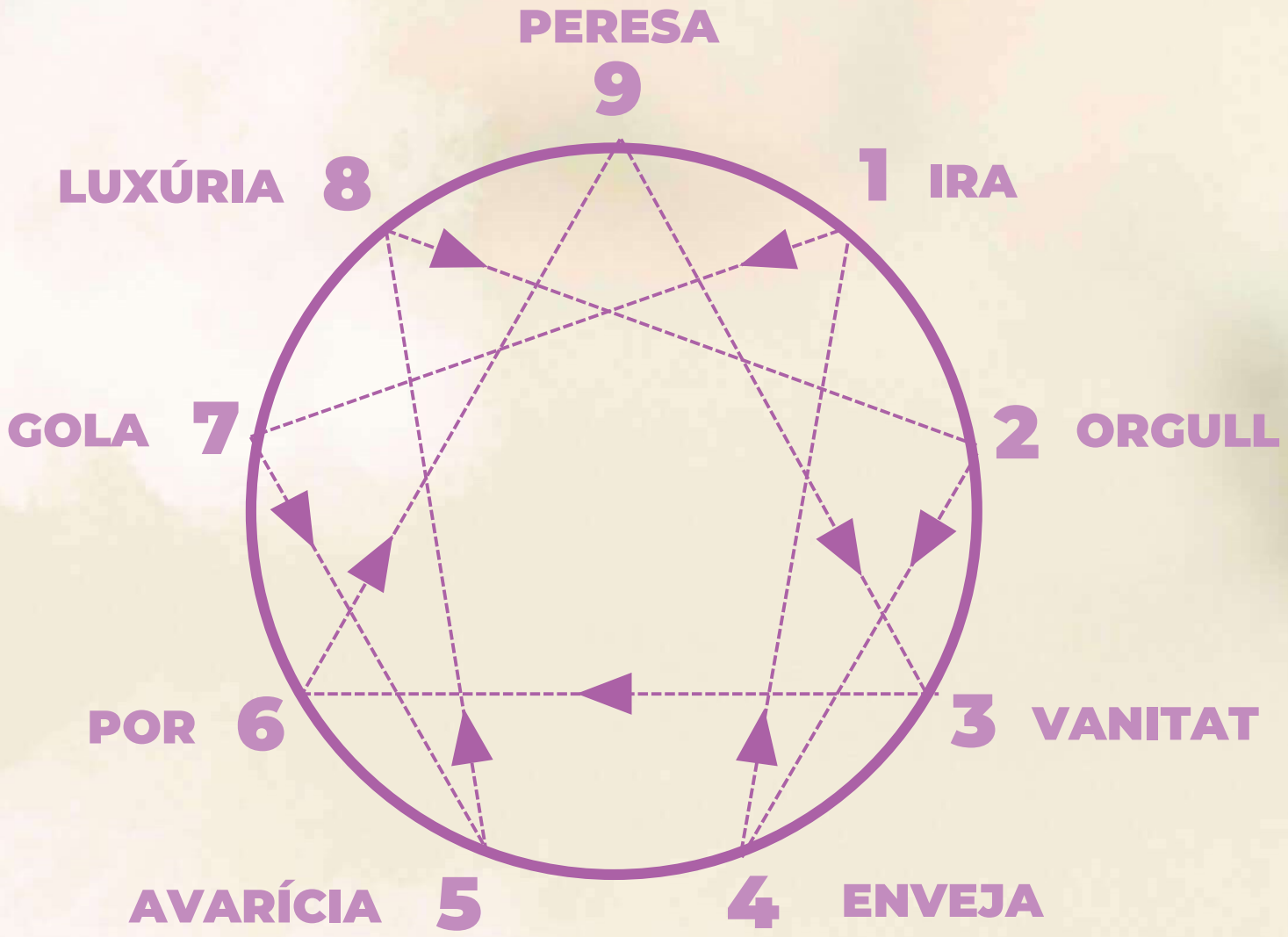
RELACIONS



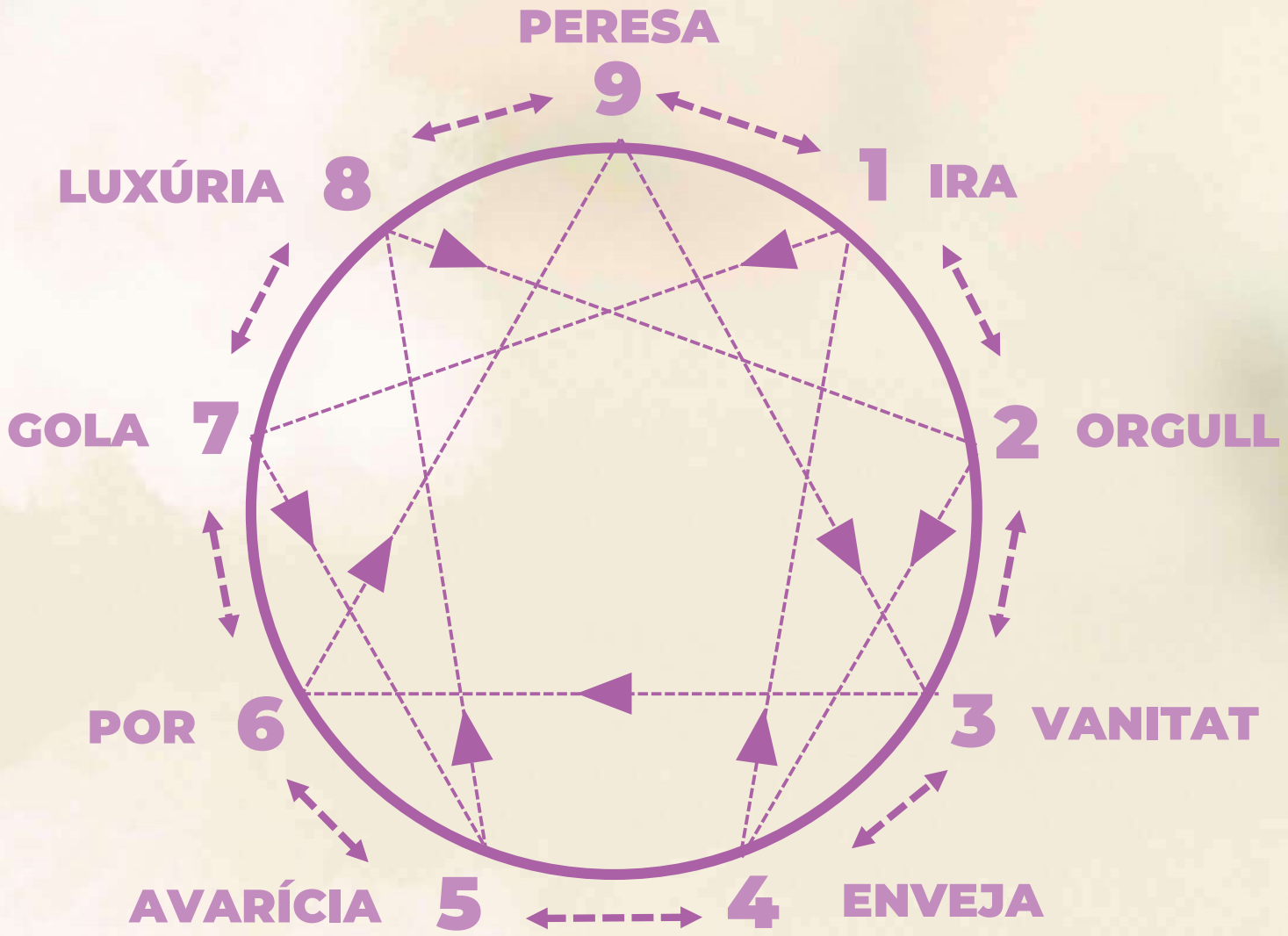
PASSIONS / FIXACIONS / “PECATS”



DIRECCIÓ CALMA/TENSIÓ (TRANSFORMACIÓ)



ALES


PERESA
9
1
IRA
2
ORGULL
3
VANITAT
4
ENVEJA
5
AVARÍCIA
6
POR
7
GOLA
8
LUXÚRIA



FÒBIC



INTERPRETACIÓ DEL PERILL

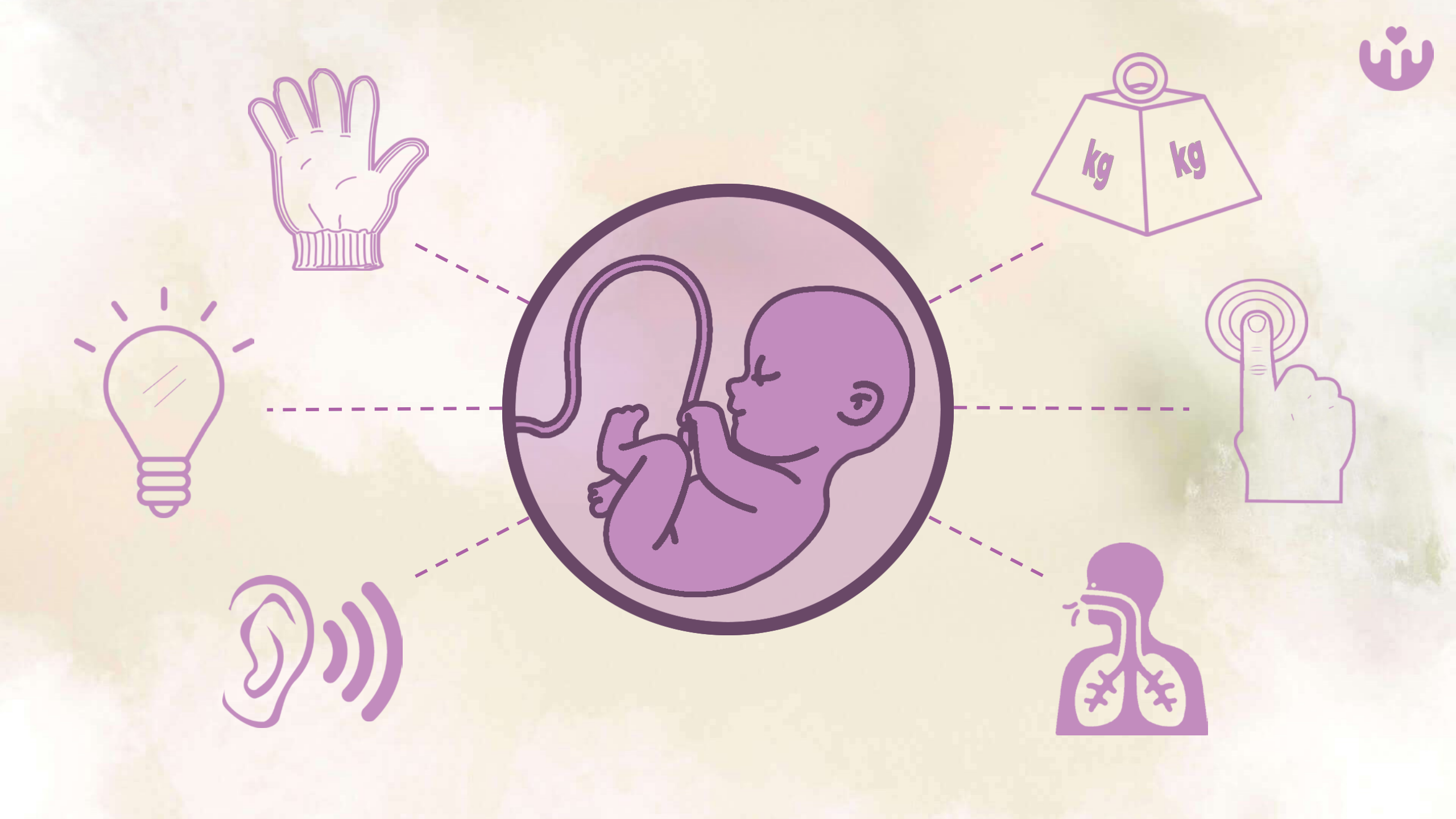


CONTRAFÒBIC



INTERPRETACIÓ DEL PERILL

Com interpreta l'EGO la realitat?


kg
kg



3
INTERPRETACIONS

Sentir-se **atacats**

Sentir-se **abandonats**

Sentir-se **rebutjats**



Sentir-se
atacats

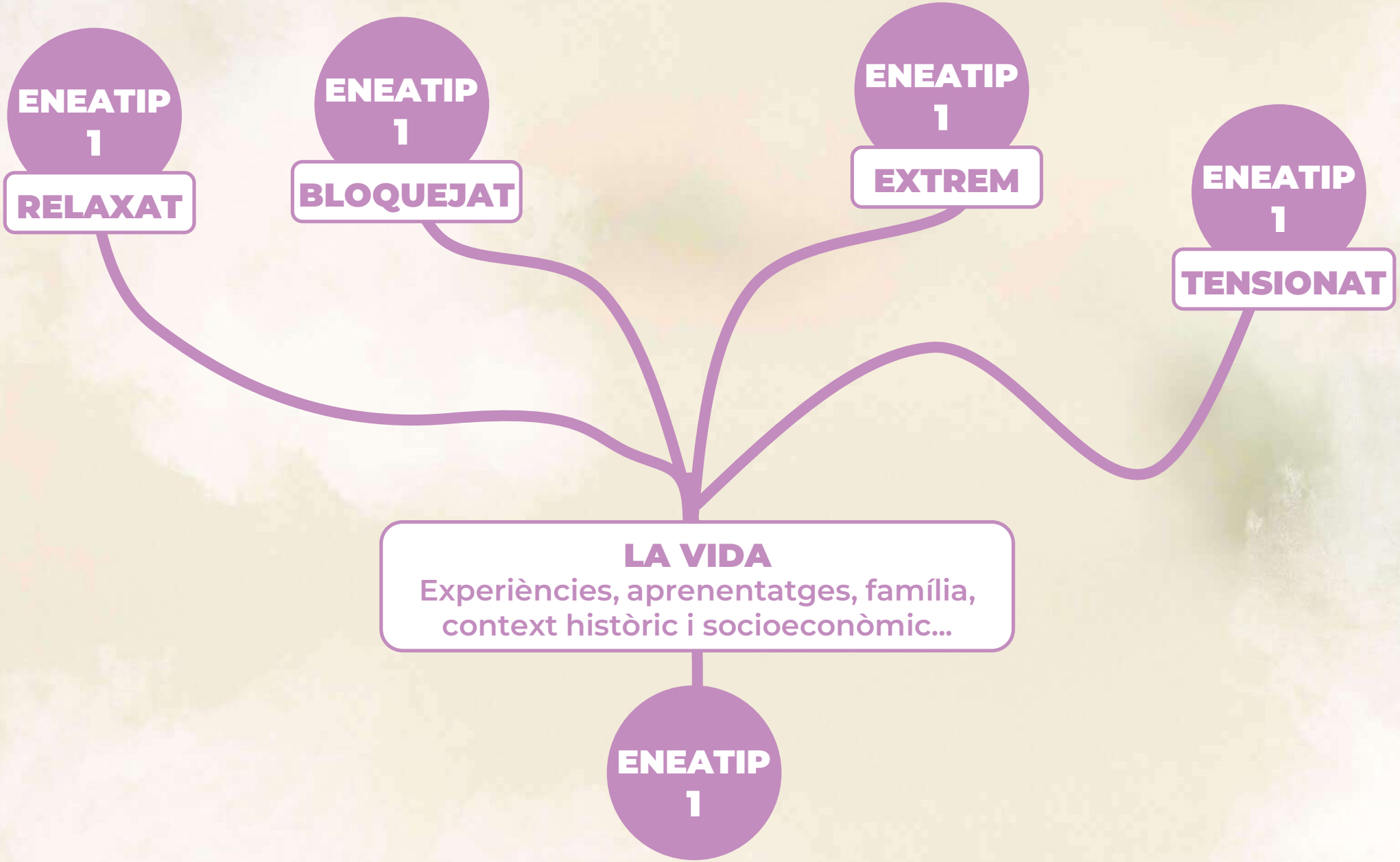
- **Dominar** el perill
- **Controlar** el perill
- **Evitar** el perill

Sentir-se
rebutjats

- **Dominar** el rebuig
- **Controlar** el rebuig
- **Evitar** el rebuig

Sentir-se
abandonats

- **Dominar** l'abandonament
- **Controlar** l'abandonament
- **Evitar** l'abandonament


ENEATIP 1
RELAXAT
ENEATIP 1
BLOQUEJAT
ENEATIP 1
EXTREM
ENEATIP 1
TENSIONAT
LA VIDA
Experiències, aprenentatges, família, context històric i socioeconòmic...
ENEATIP 1

ENEAGRAMA

Les 9 estratègies de l'EGO



E1



E1



ENEATIP 1

S’estressa si...

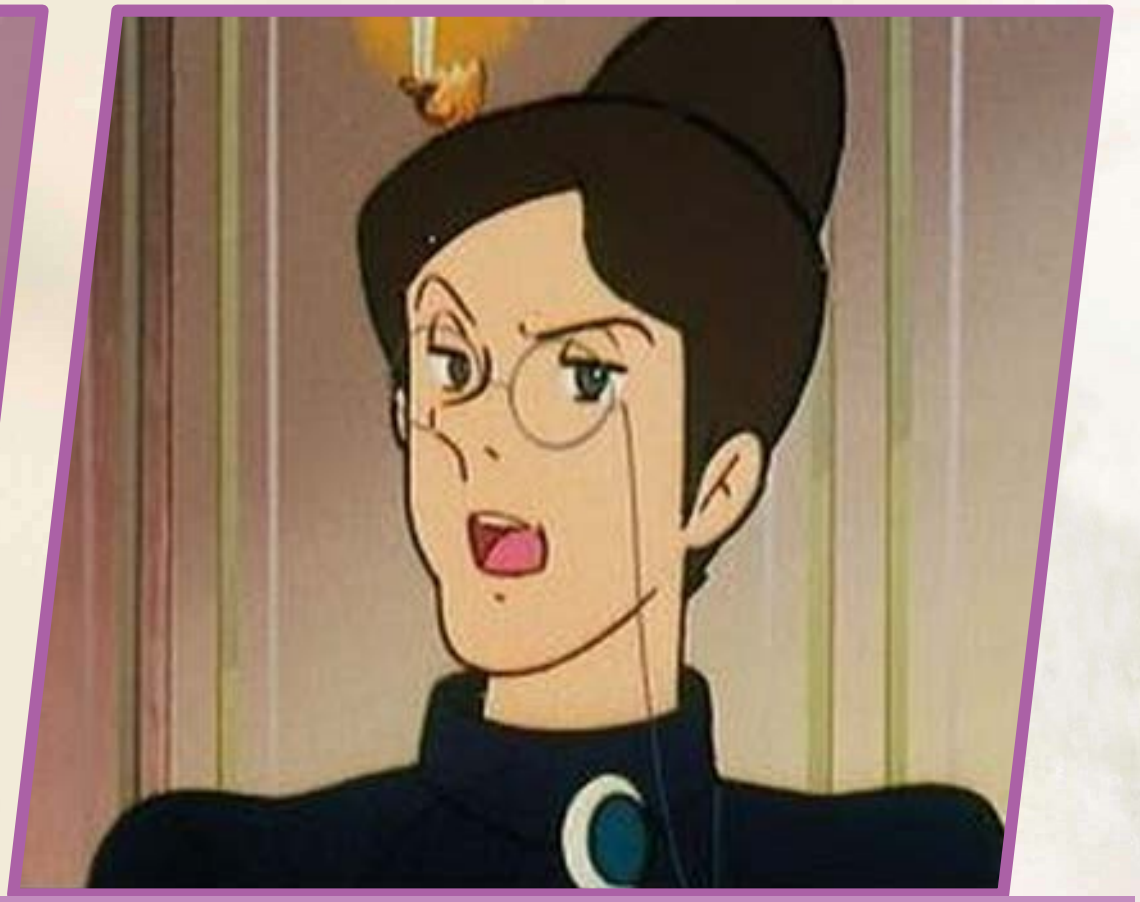
No “controla”



E1

FLEXIBILITAT





E1



E2



E2



ENEATIP 2

S’estressa si...

No “importa” als altres



E2

INDIVIDUALISME





E2



E3



E3



ENEATIP 3

S’estressa si...

No “fa” o no “és”



E3

FIDELITAT





E3



E4



E4



ENEATIP 4

S’estressa si...

No “sent”



E4

ESTABILITAT

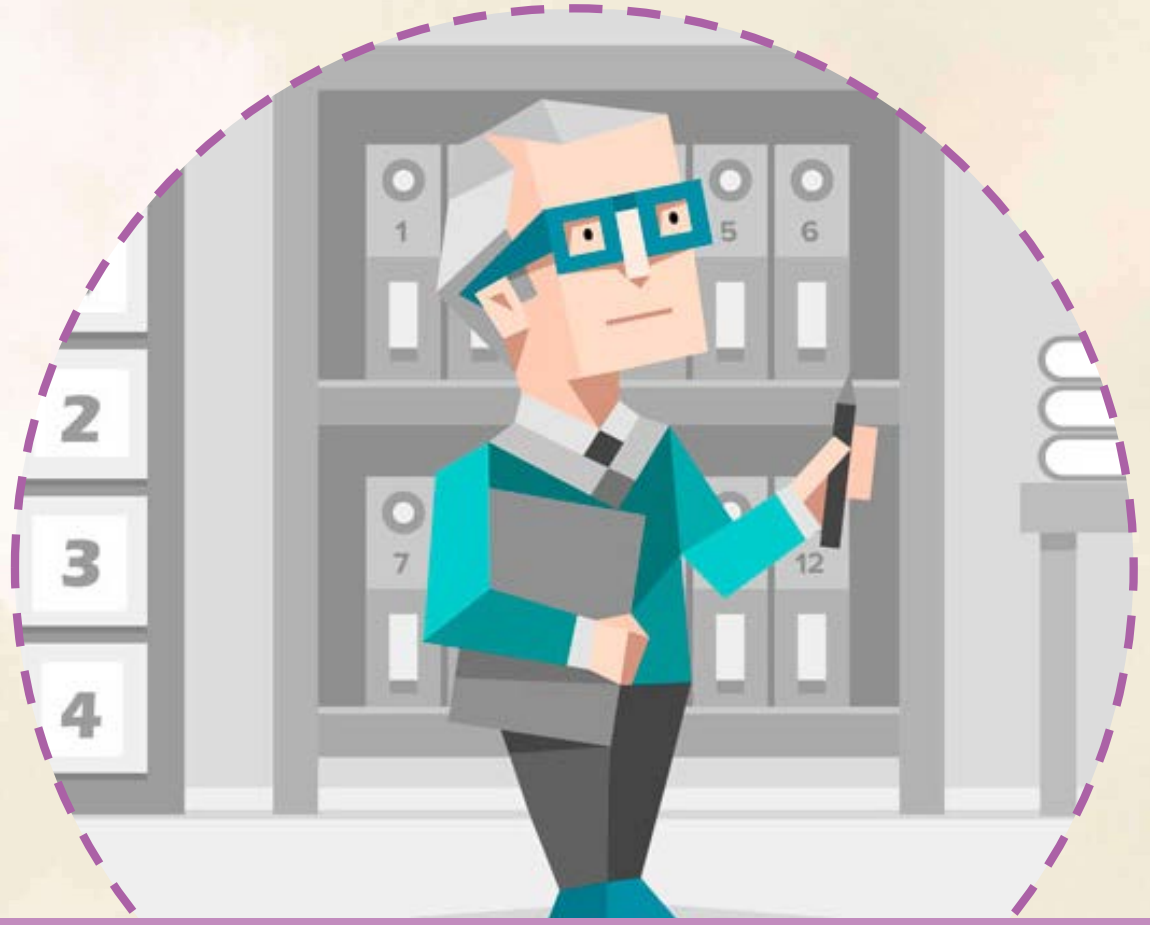




E4



E5



E5



ENEATIP 5

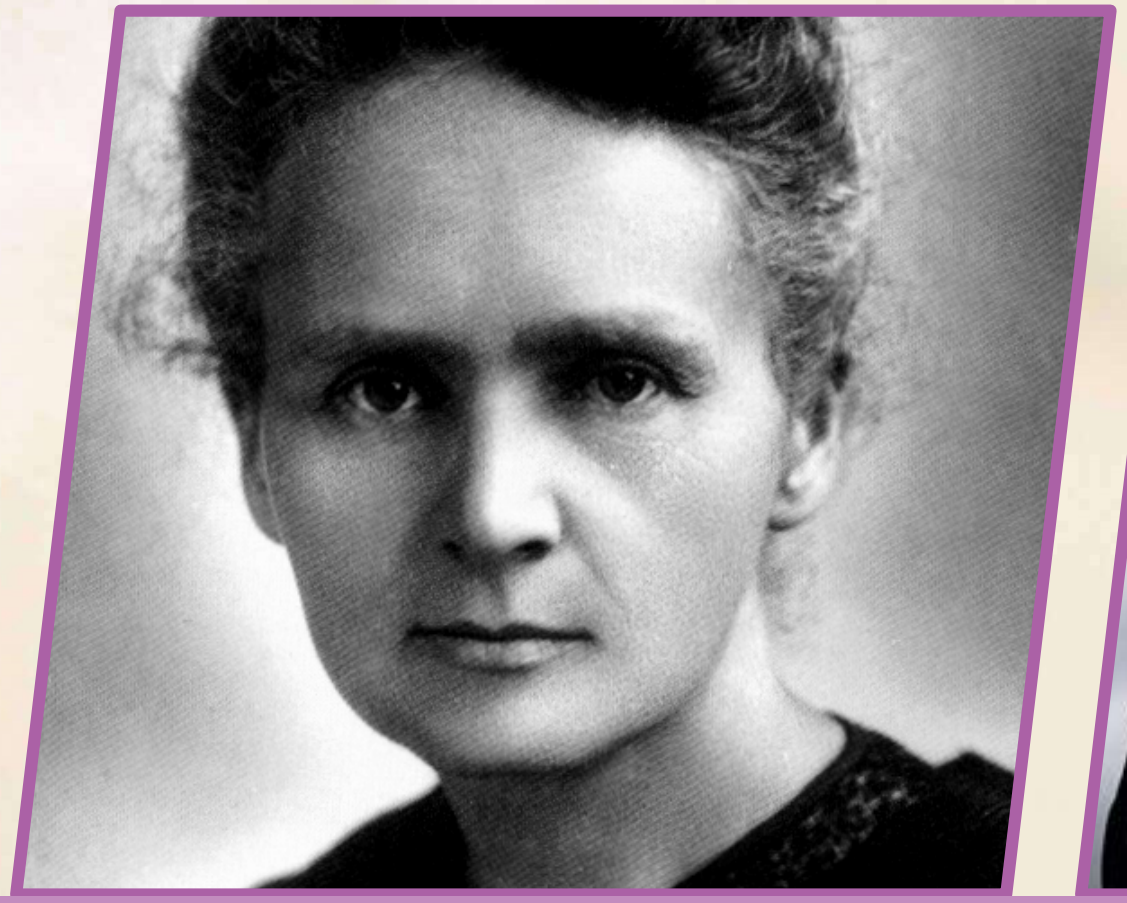
S’estressa si...

“Necessita”



E5

ACCIÓ





E5



E6



E6



ENEATIP 6

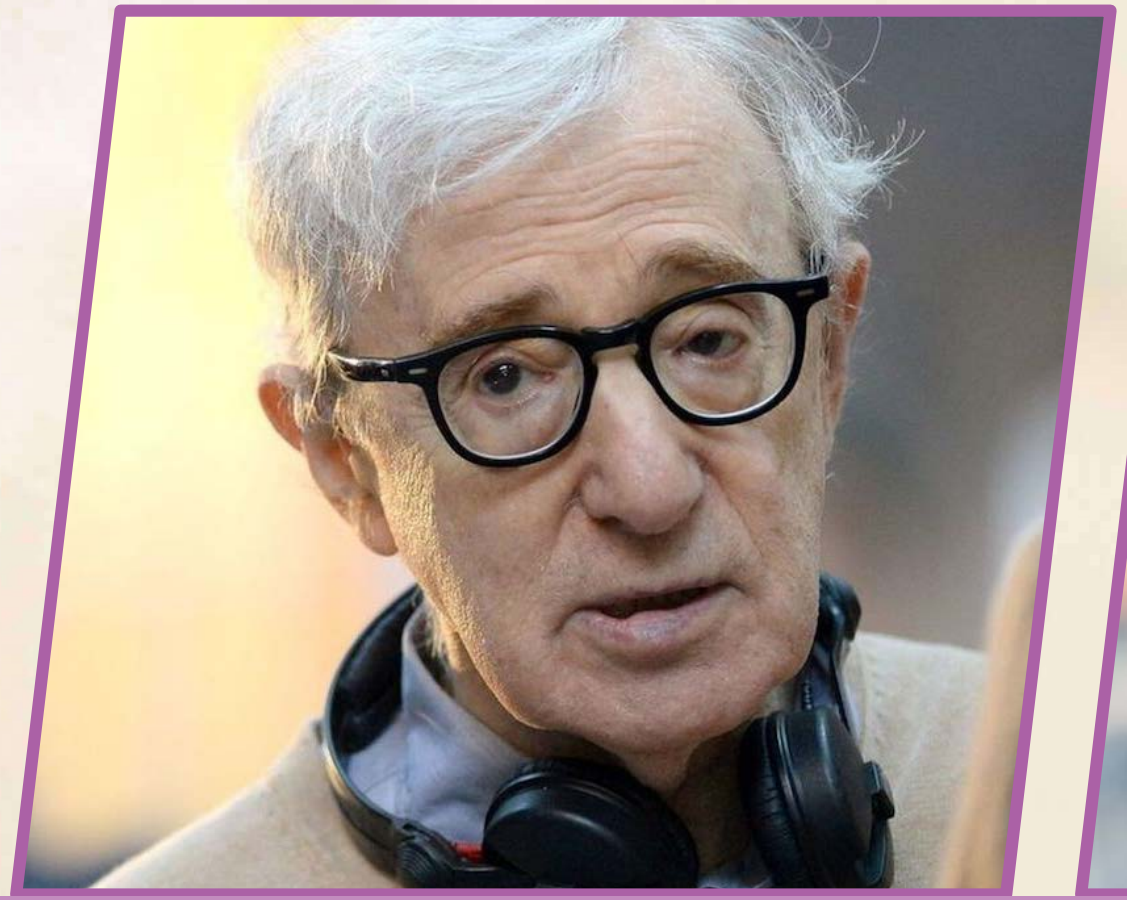
S’estressa si...

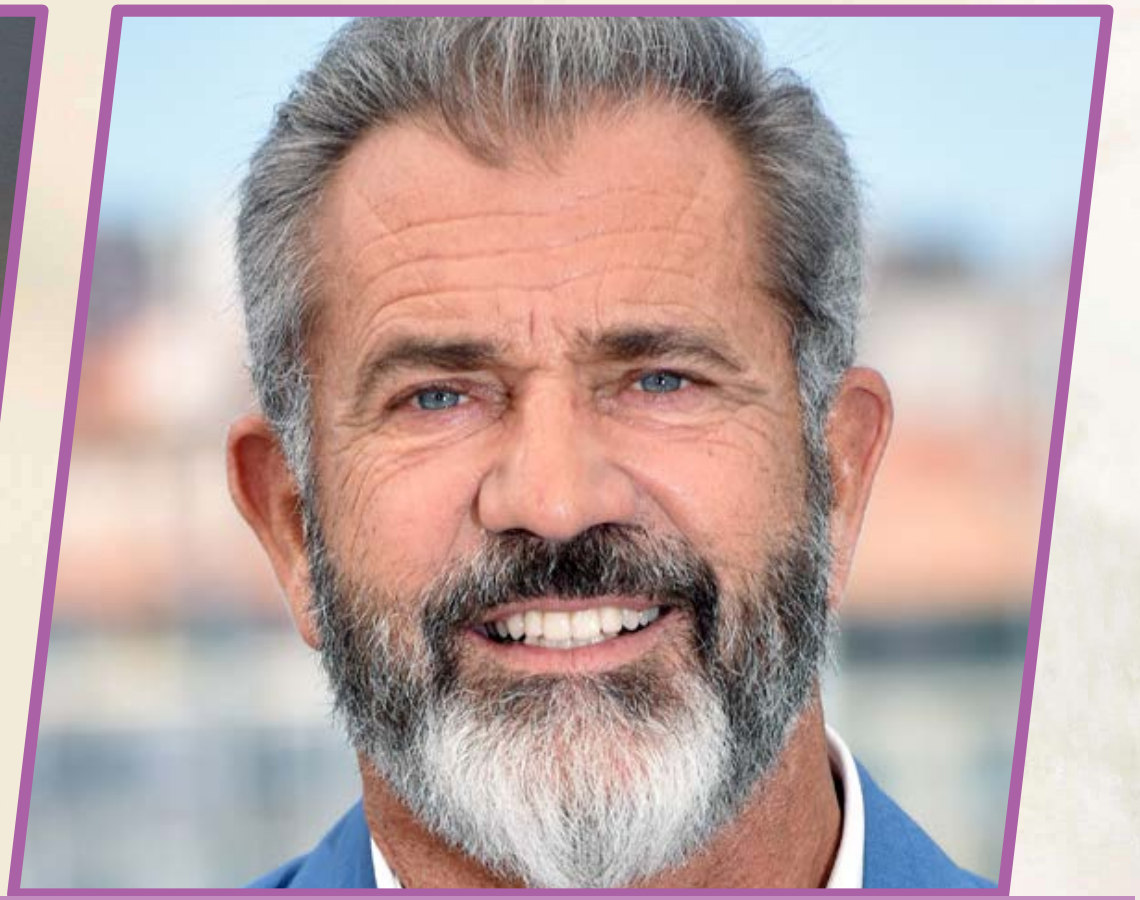
“S’equivoca”



E6

CALMA





E6



E7



E7



ENEATIP 7

S’estressa si...

“Pateix”



E7

INTROSPECCIÓ





E7



E8



E8



ENEATIP 8

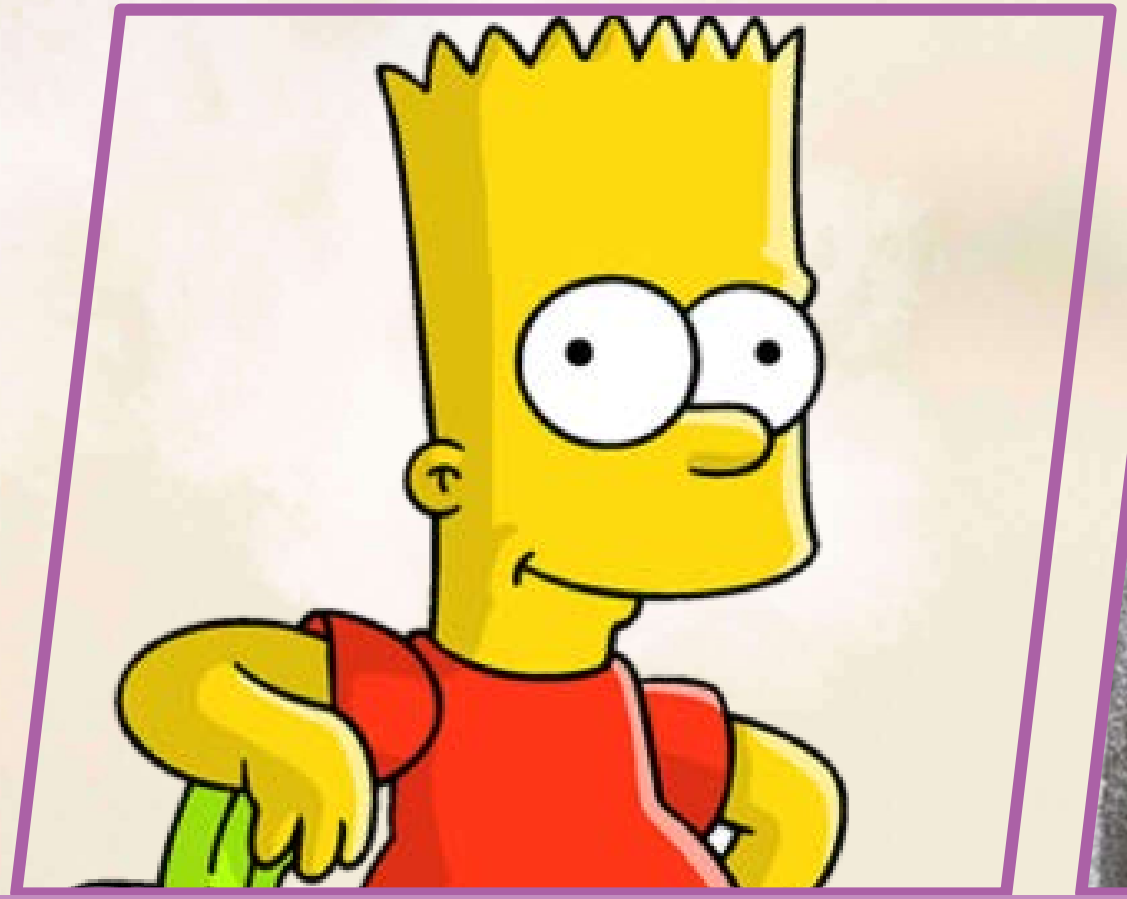
S’estressa si...

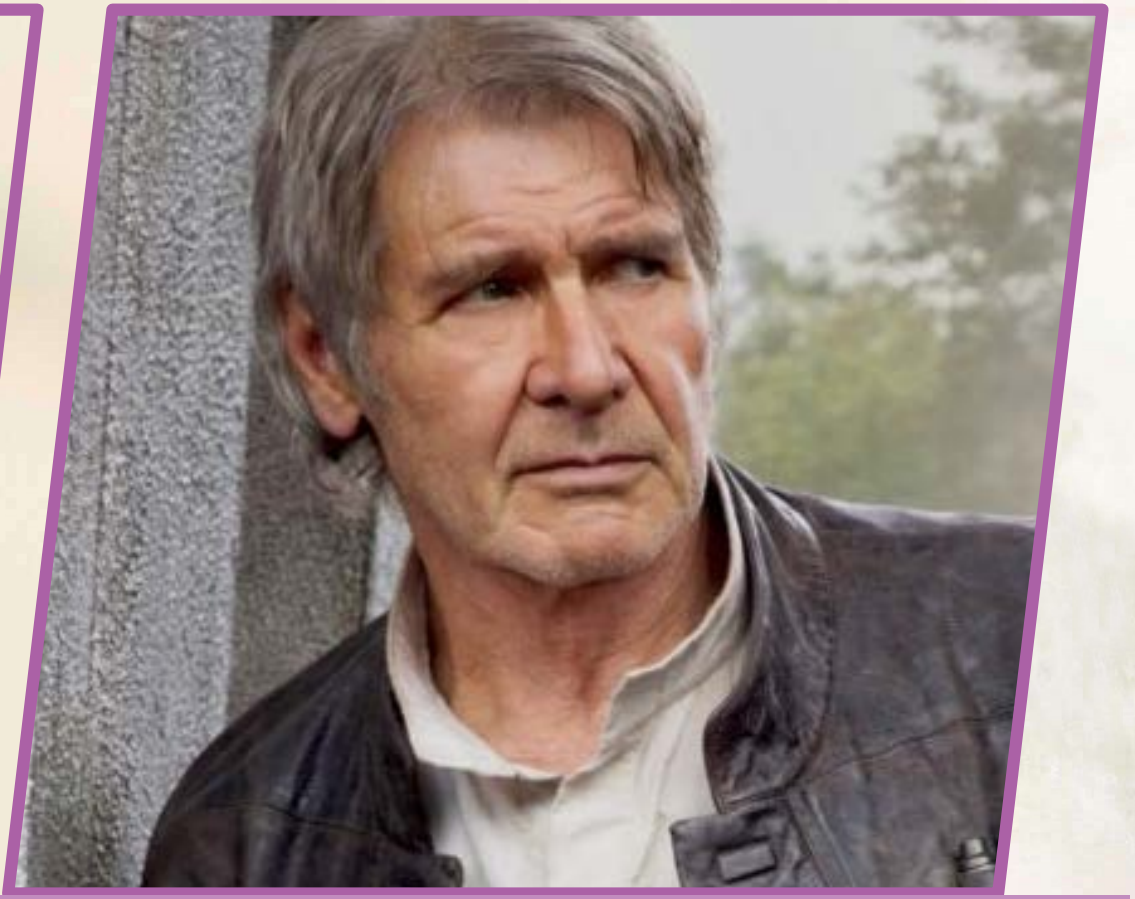
Es “debilita”



E8

TENDRESA





E8



E9



E9



ENEATIP 9

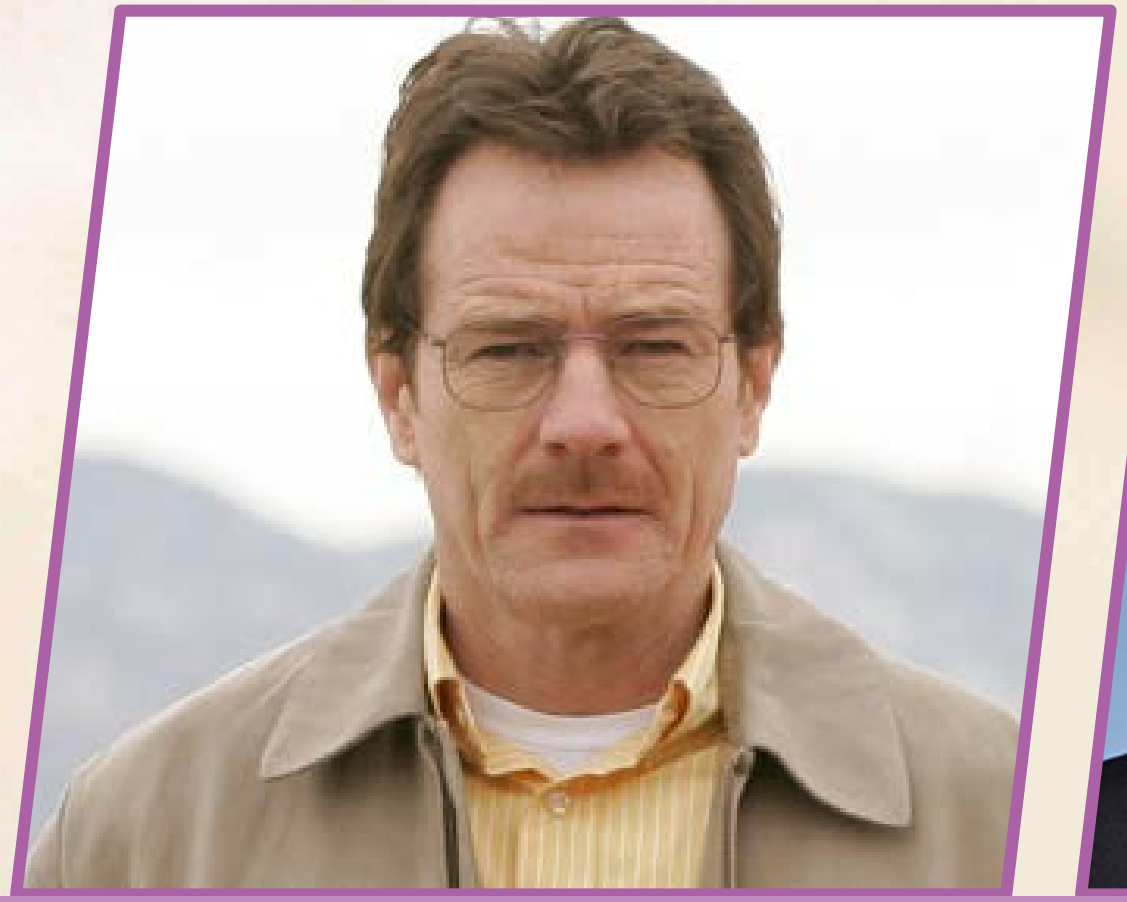
S’estressa si...

Ha “d'afrontar”



E9

AUTOREALITZACIÓ

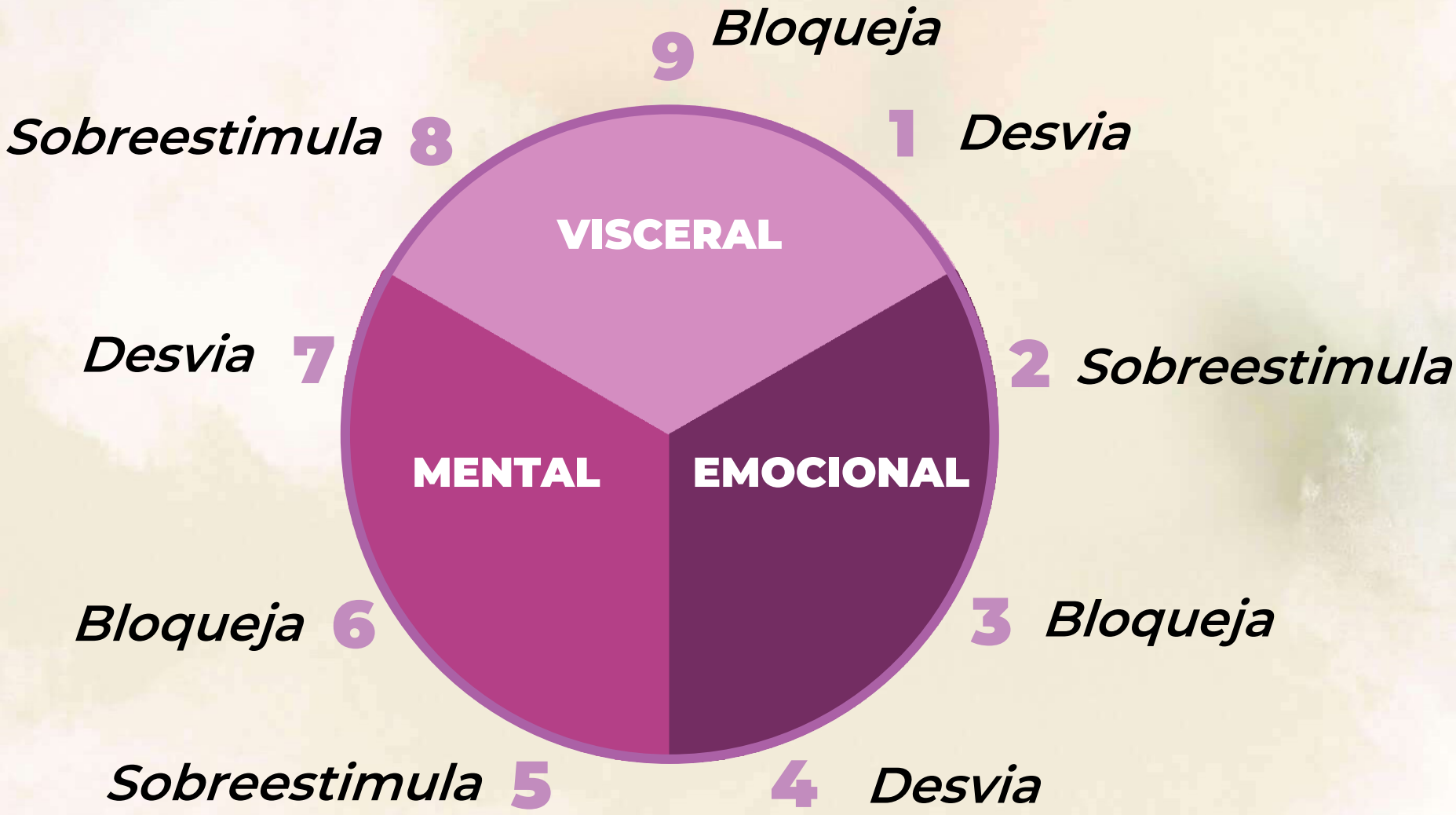




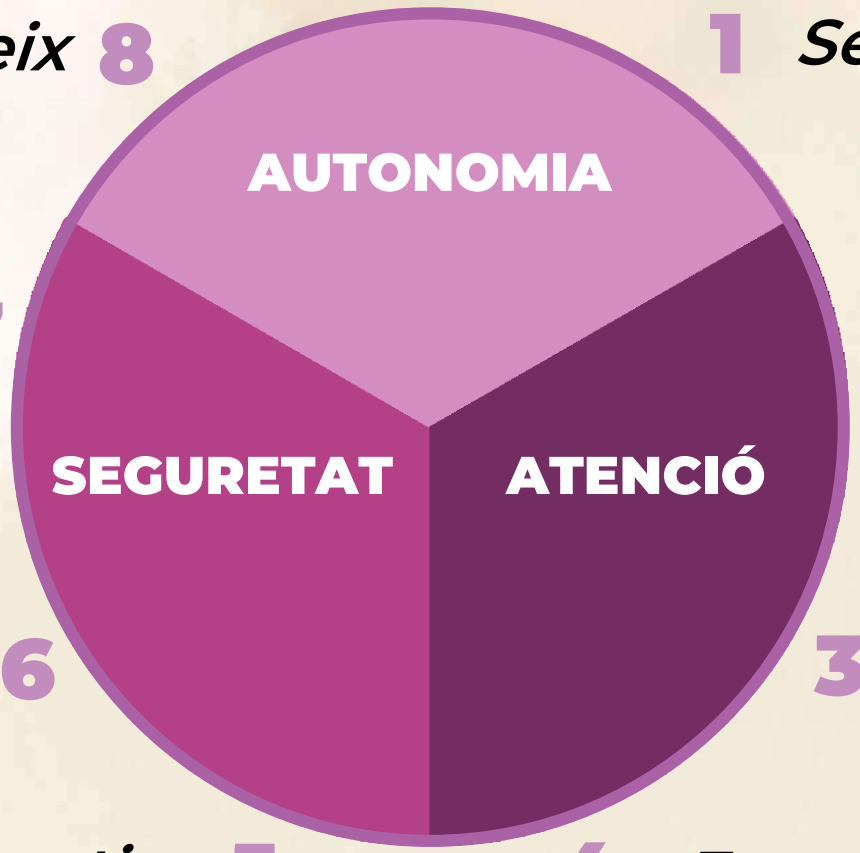
E9

• TRÍADES •

Les tríades del **Centre Corporal**



Les tríades del **Desig** i la **Motivació**



9 Es retira

1 Se'l guanya

2 Se la guanya

3 L'exigeix

4 Es retira

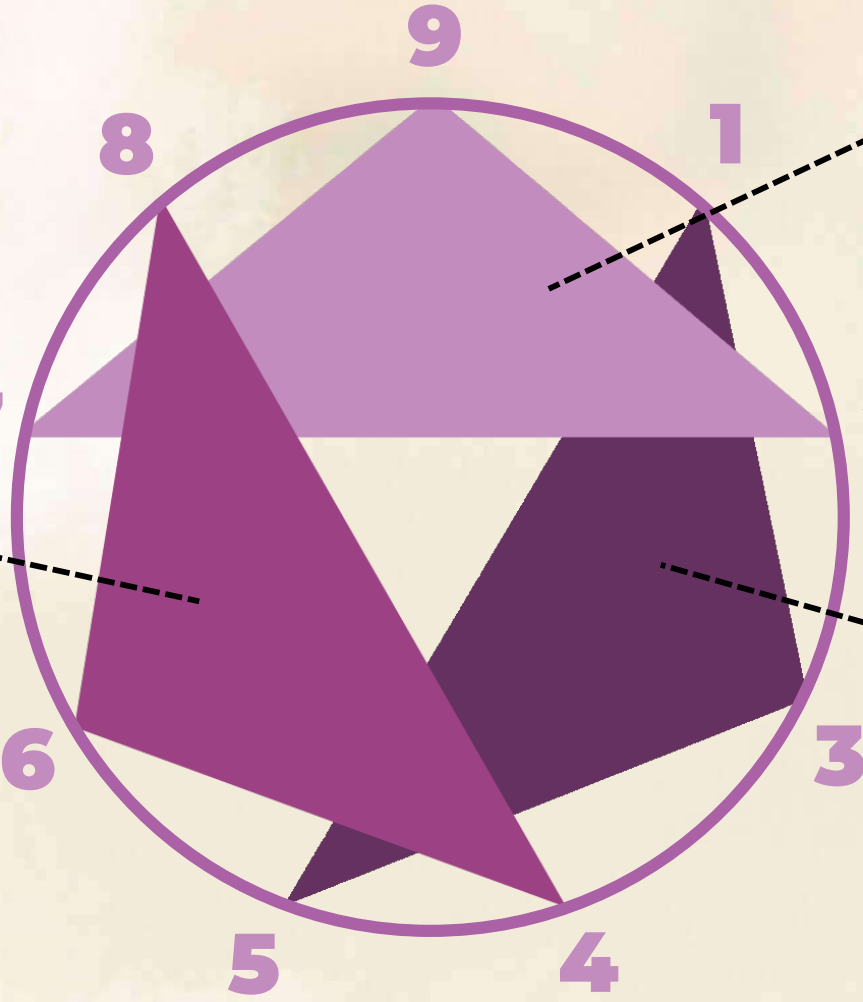
5 Es retira

6 Se la guanya

7 L'exigeix

8 L'exigeix

*Les tríades del **Grup Harmònic***



POSITIU

Actitud positiva, minimitzen el patiment

REACTIU

Reaccionen a estímuls exteriors i esperen reaccions dels altres

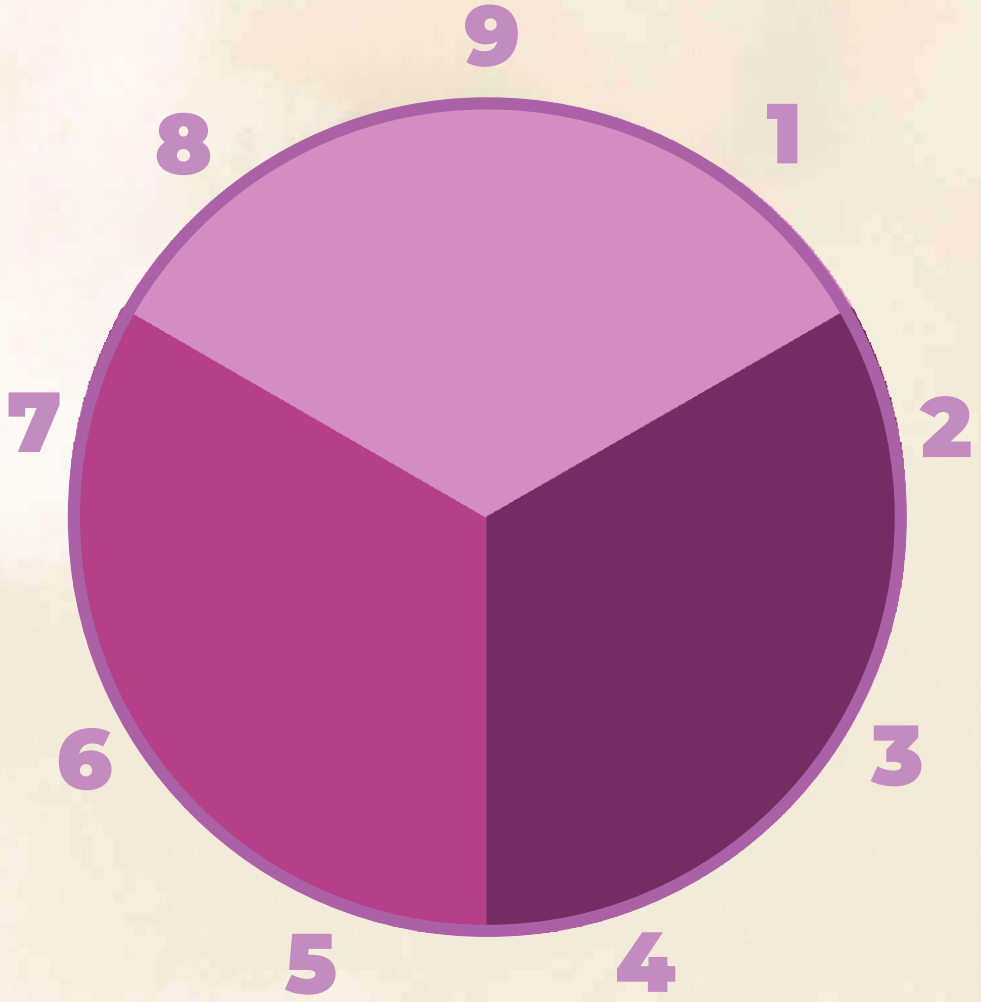
COMPETENT

Busquen l'excel·lència, l'eficiència

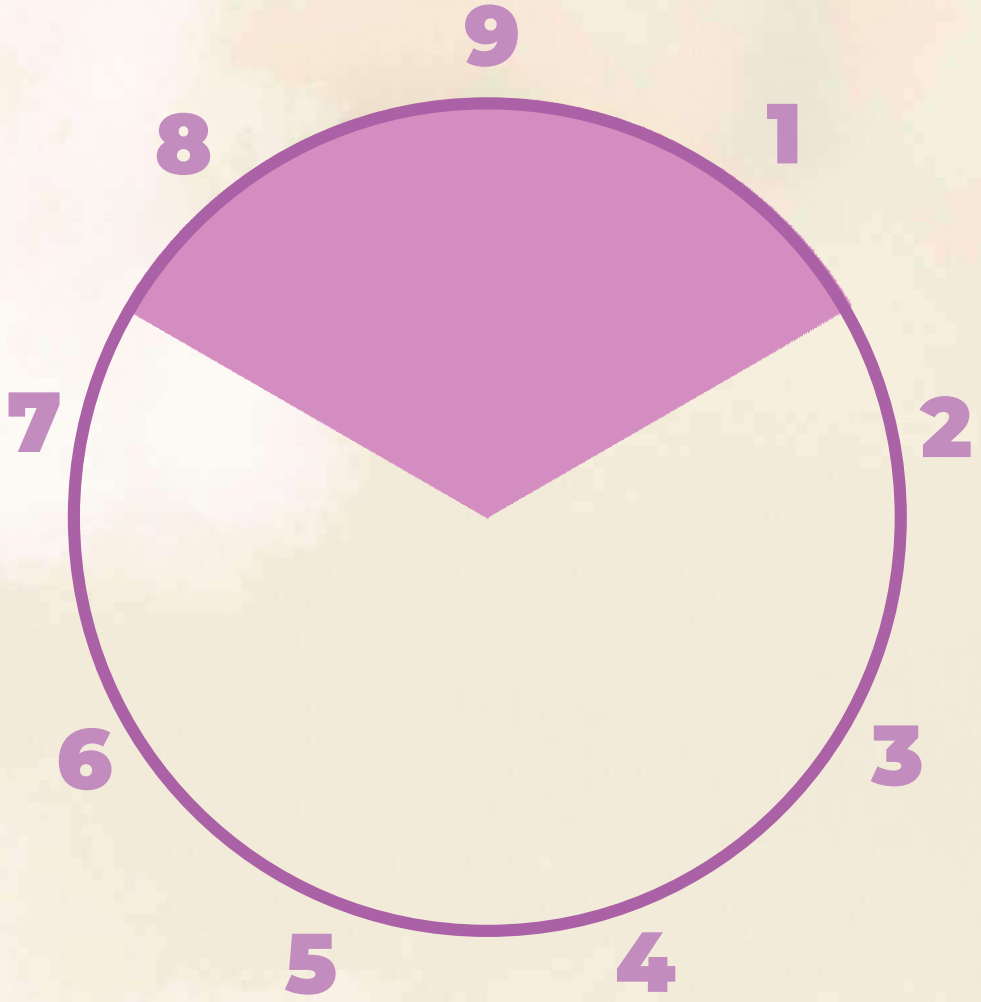
• TRÍADES •

*Les tríades de la **Direcció energètica***

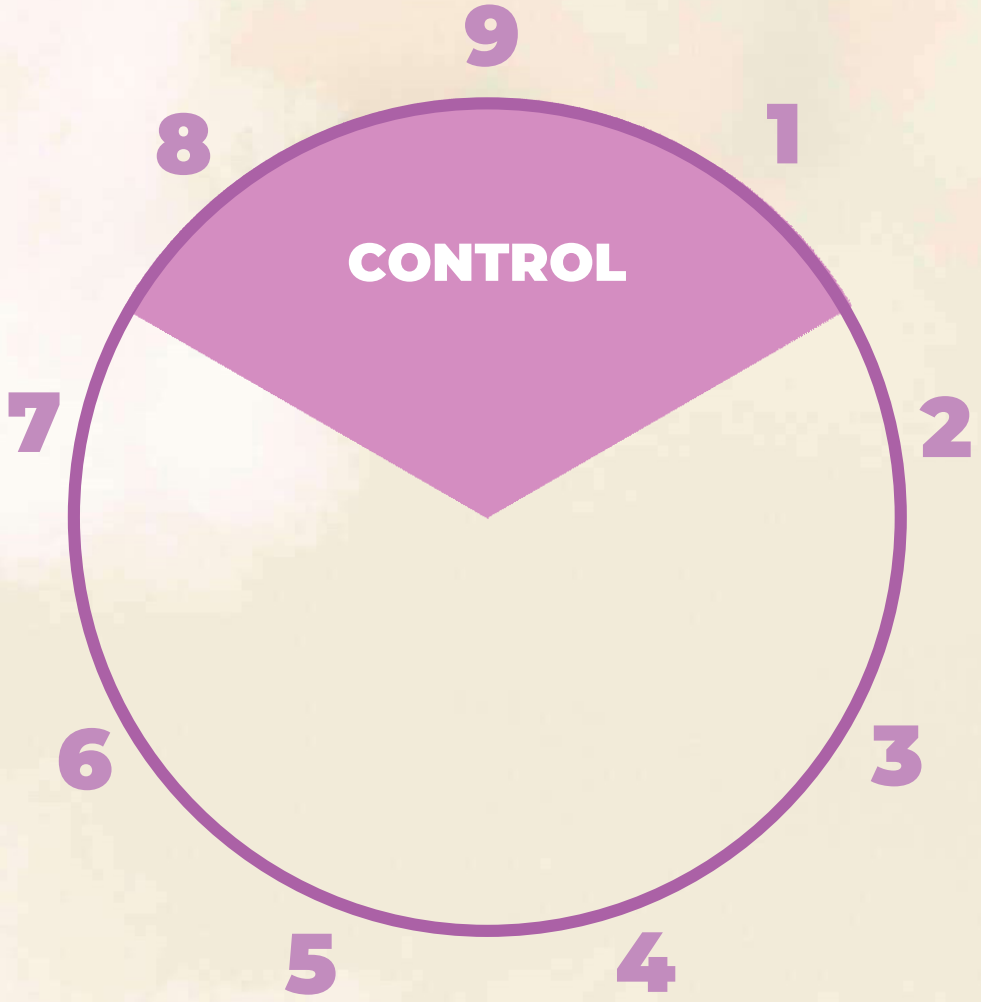
*Les tríades de la **Direcció energètica***



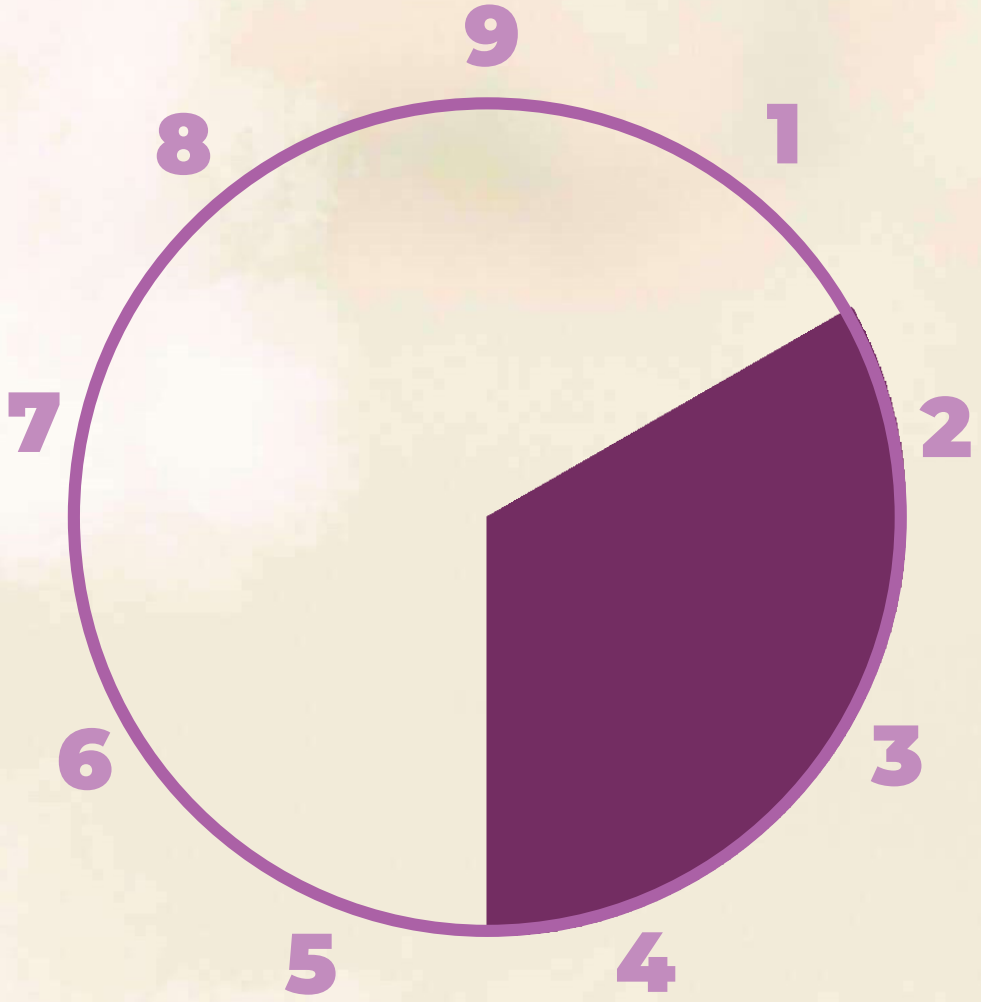
*Les tríades de la **Direcció energètica***



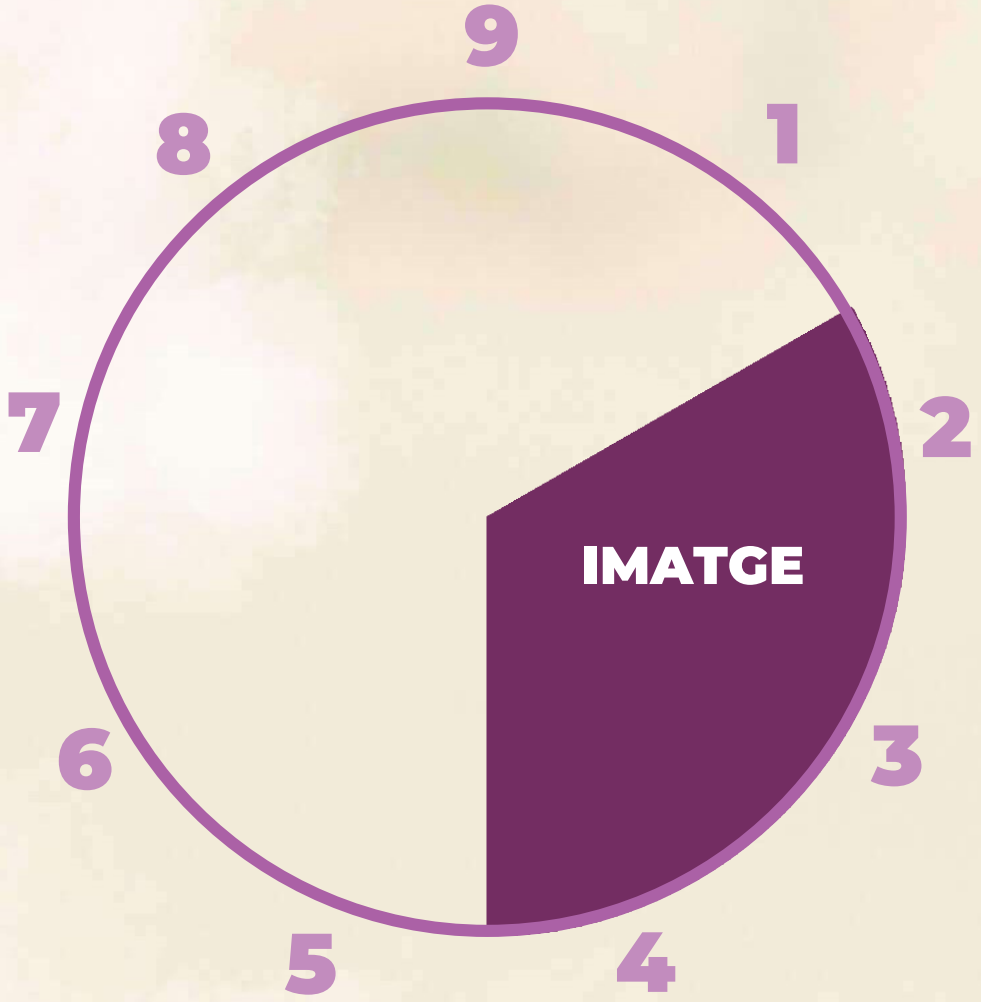
*Les tríades de la **Direcció energètica***



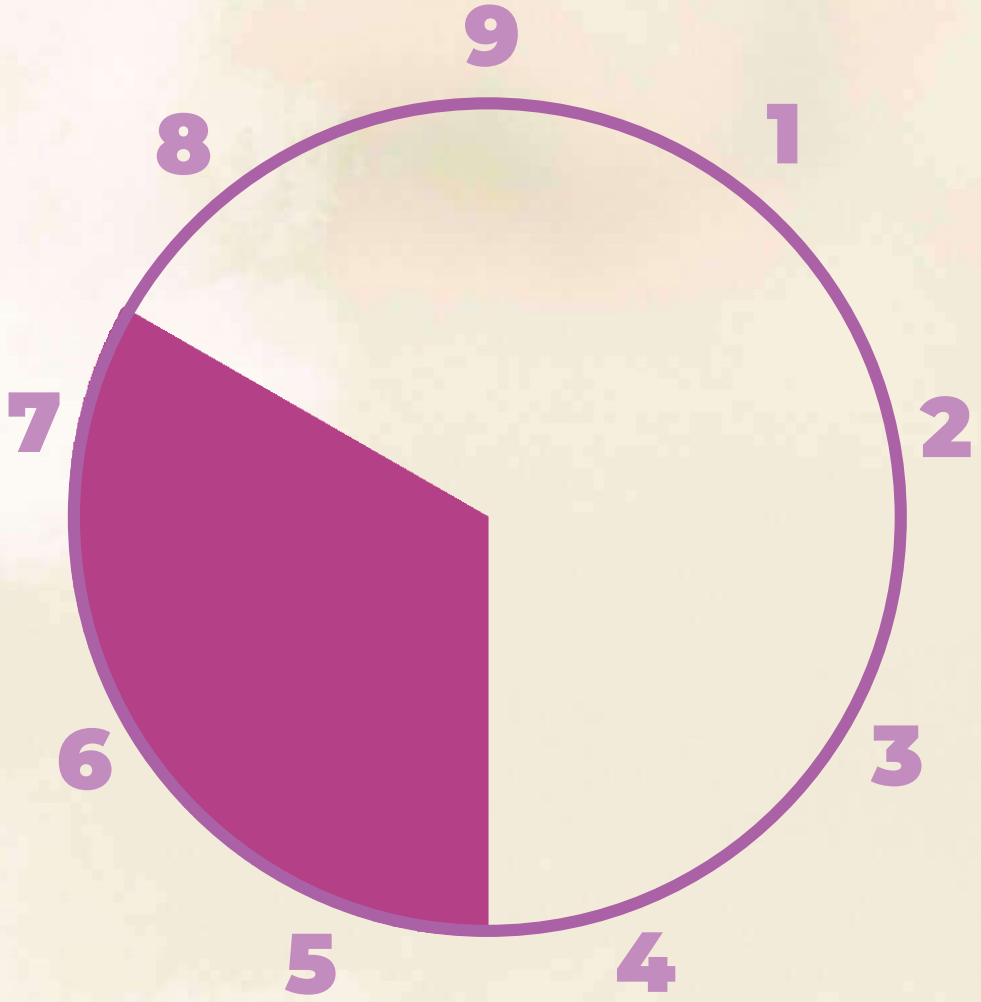
*Les tríades de la **Direcció energètica***



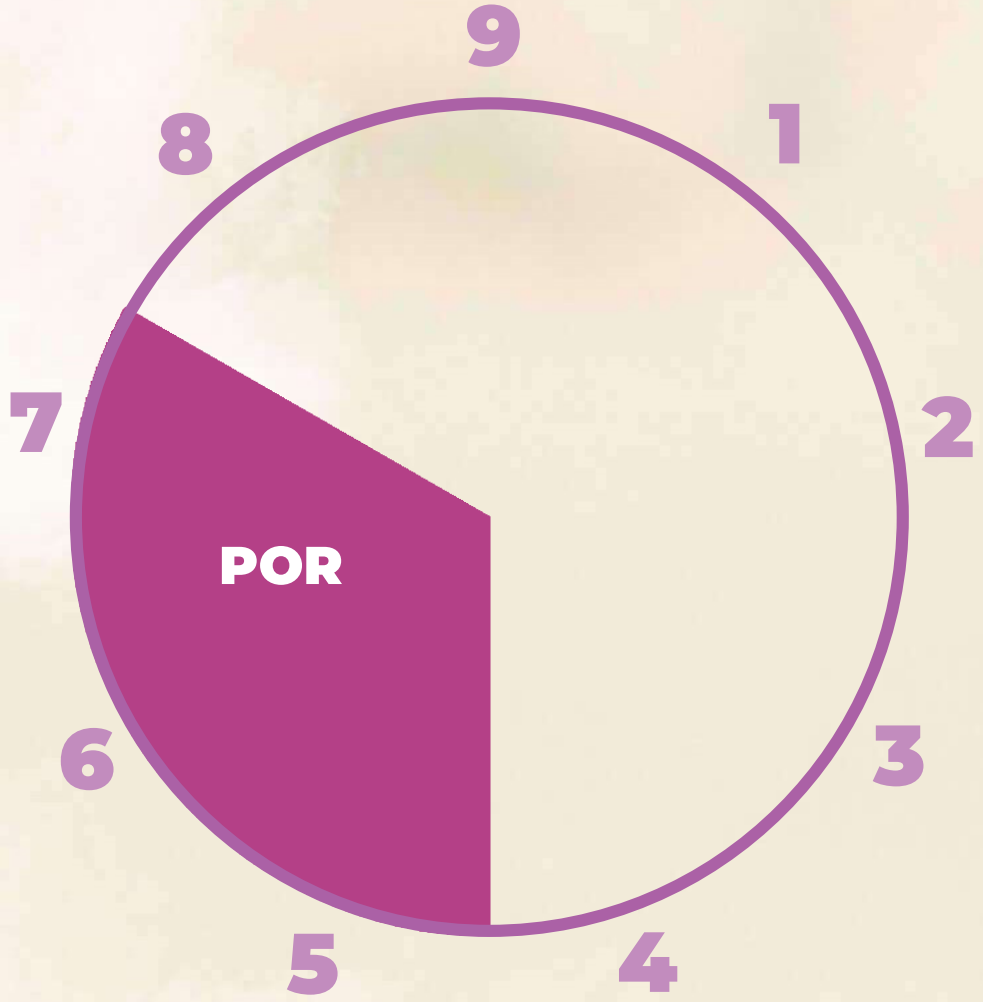
*Les tríades de la **Direcció energètica***



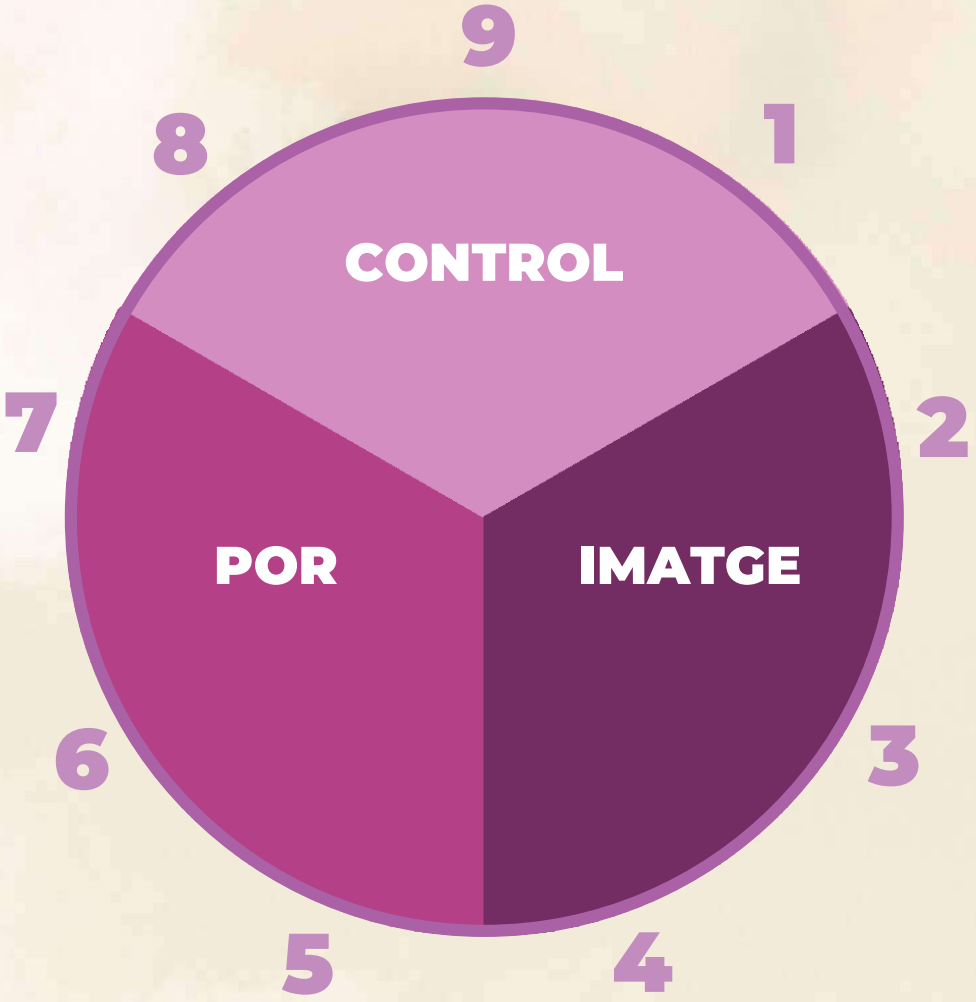
*Les tríades de la **Direcció energètica***



*Les tríades de la **Direcció energètica***

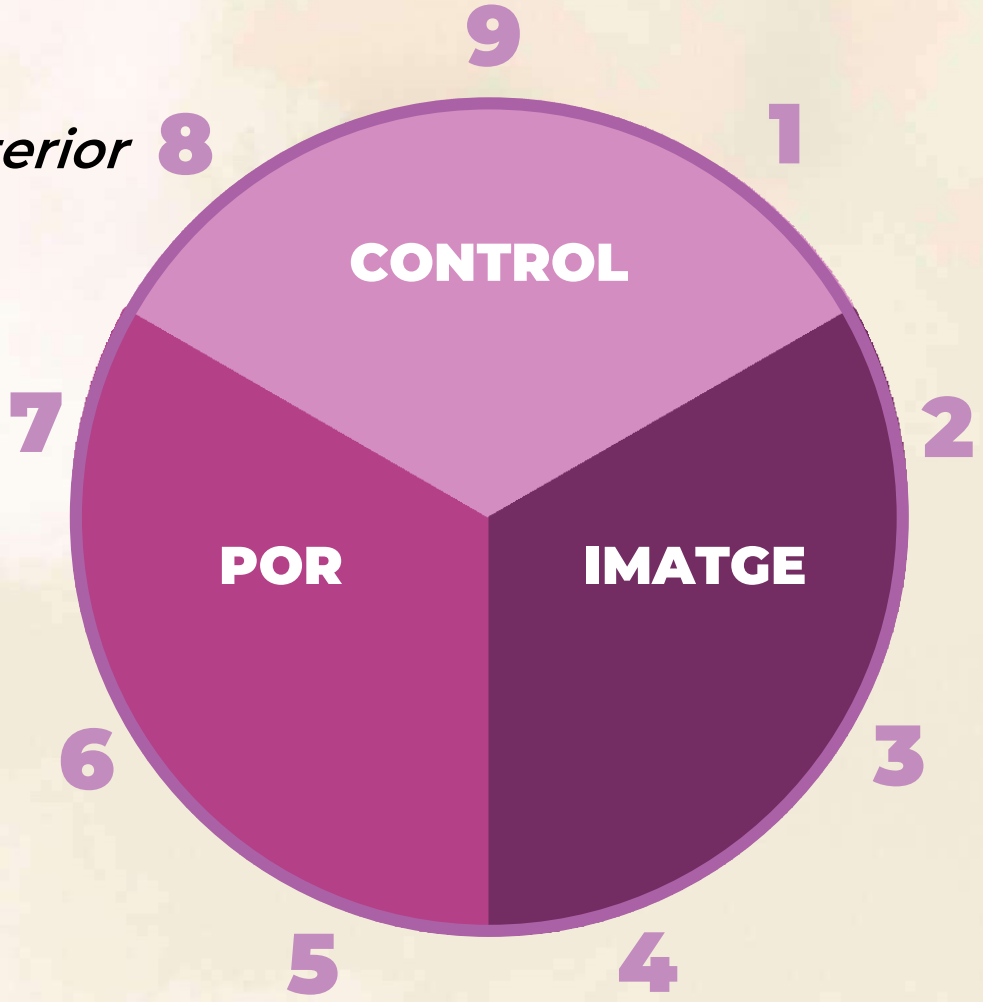


*Les tríades de la **Direcció energètica***



*Les tríades de la **Direcció energètica***

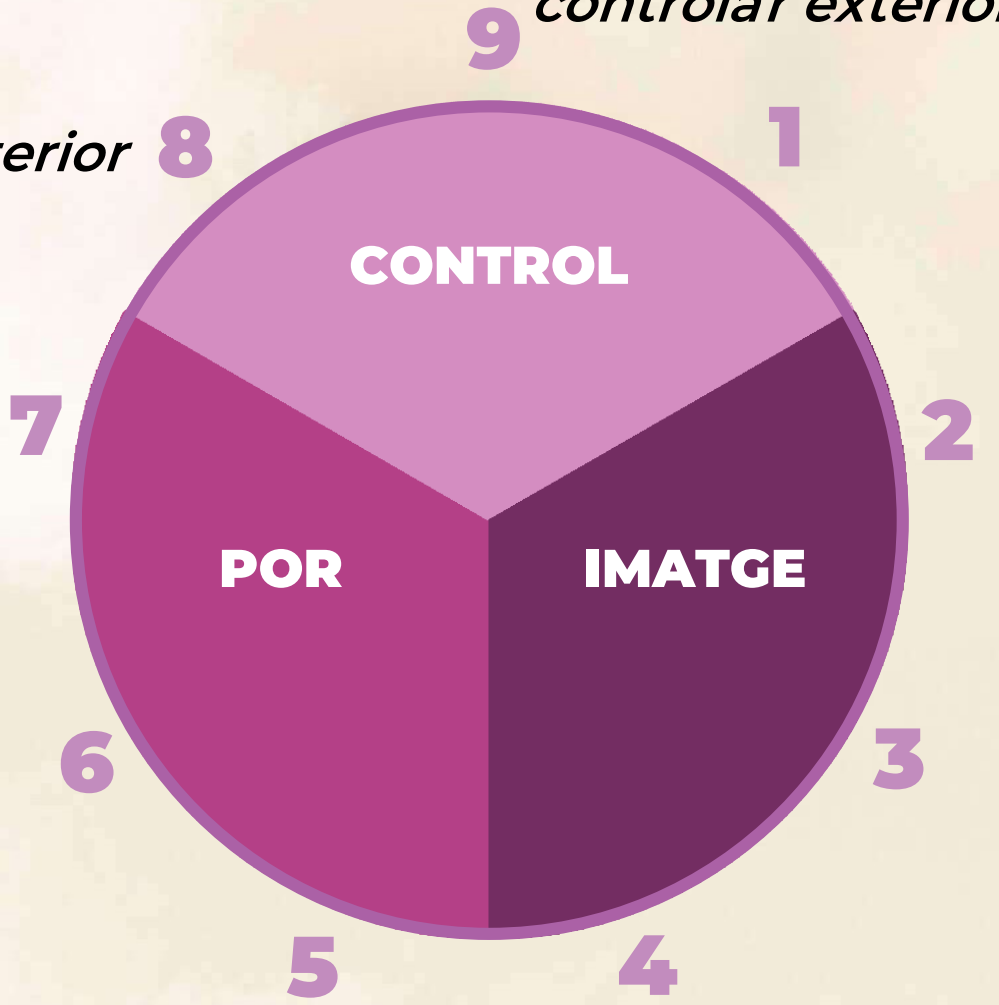
Controla exterior



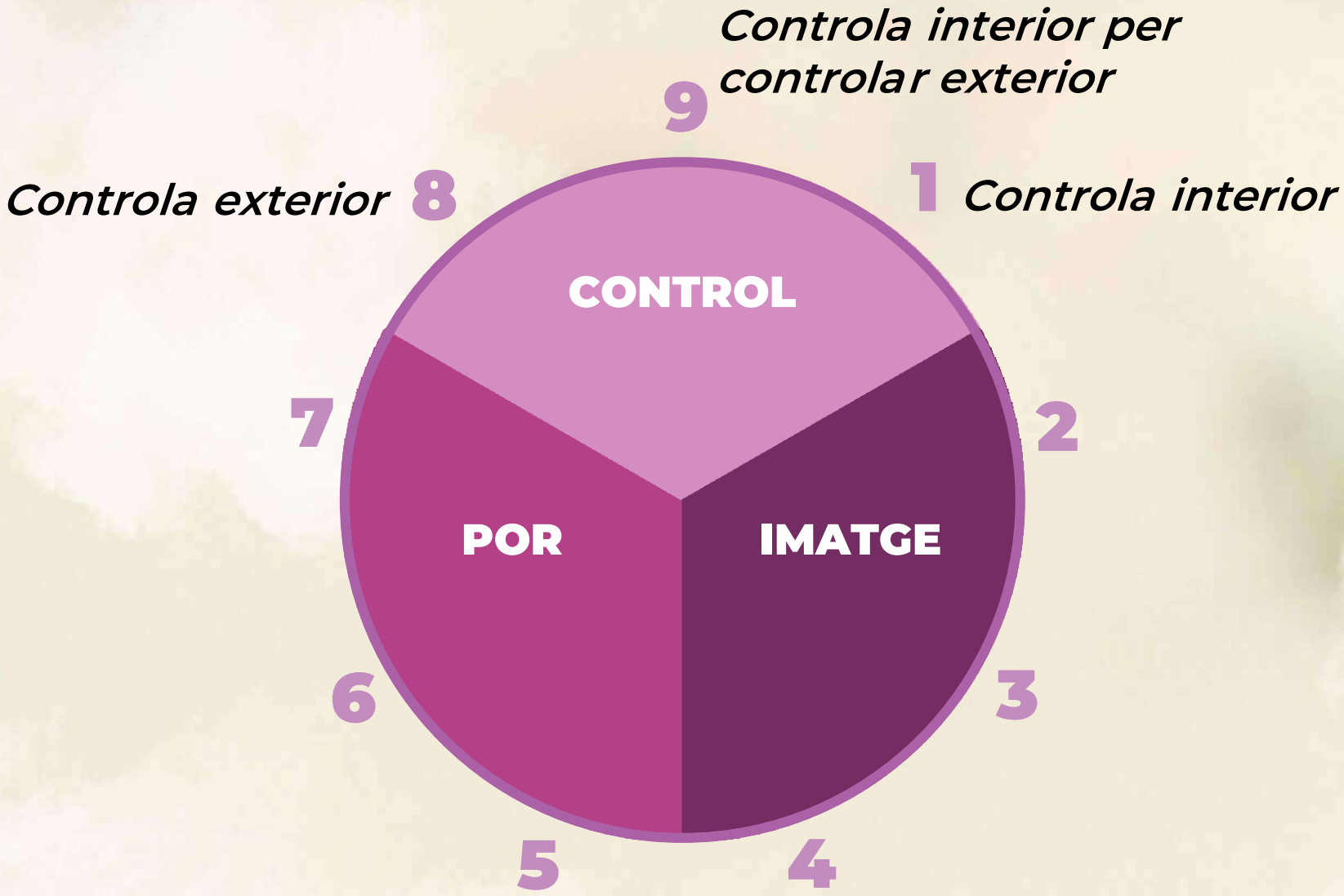
*Les tríades de la **Direcció energètica***

Controla interior per controlar exterior

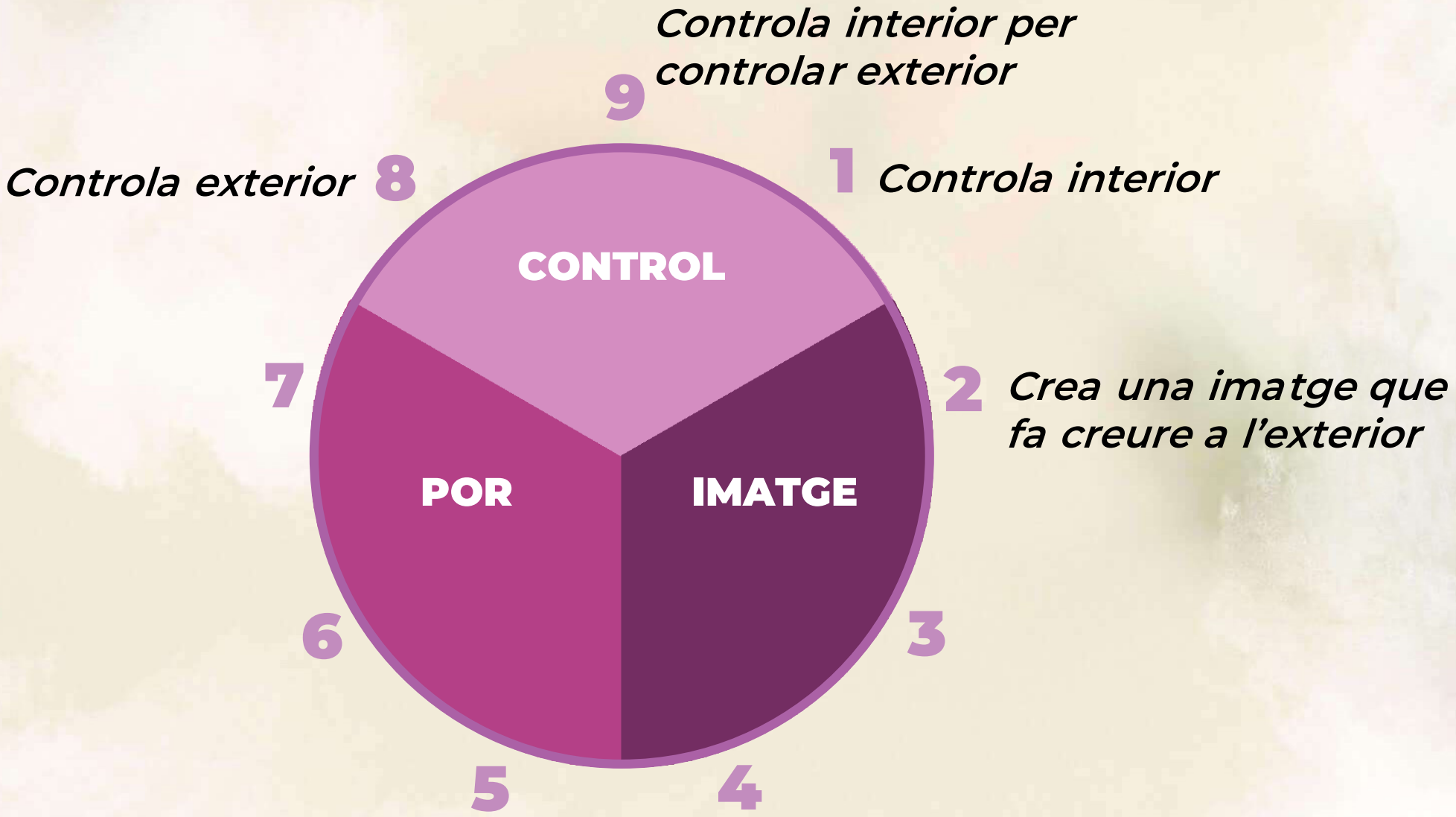
Controla exterior



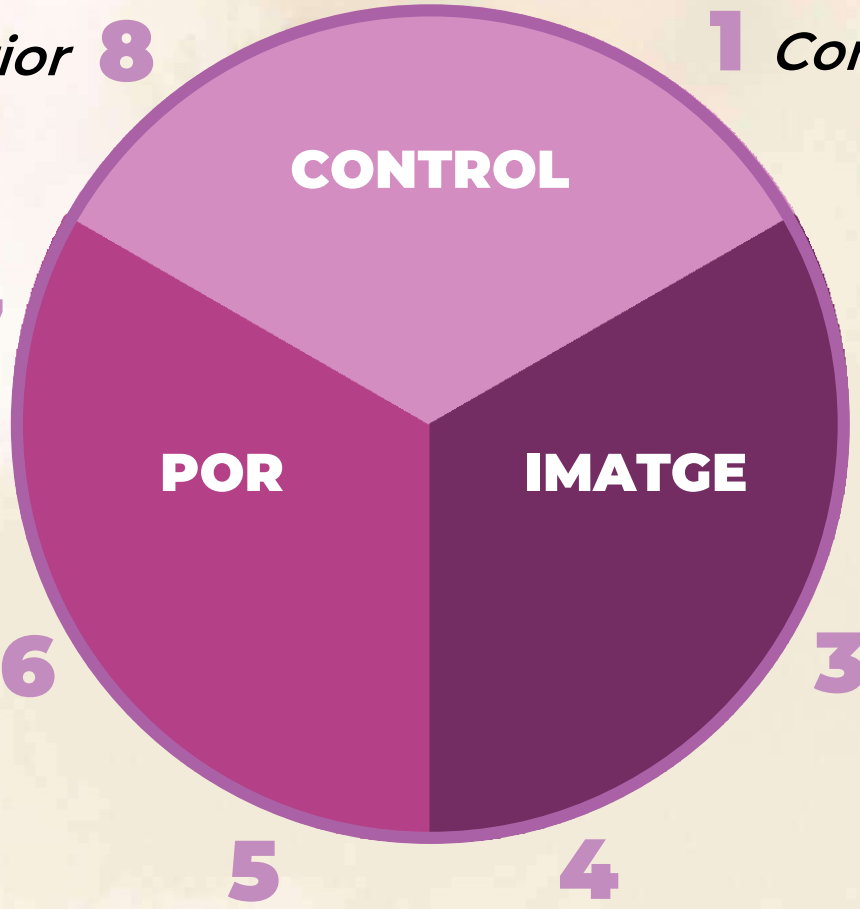
*Les tríades de la **Direcció energètica***



*Les tríades de la **Direcció energètica***



*Les tríades de la **Direcció energètica***



9 *Controla interior per controlar exterior*

1 *Controla interior*

2 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior*

3 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior i que es creu interiorment*

4

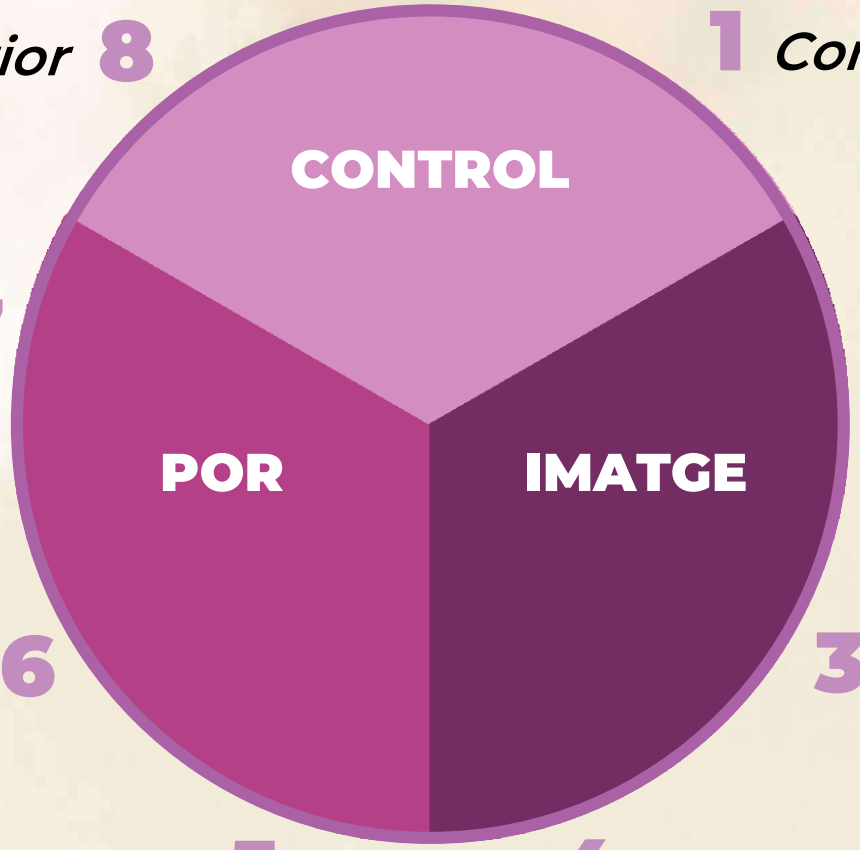
5

6

7

8 *Controla exterior*

Les tríades de la **Direcció energètica**



9 *Controla interior per controlar exterior*

1 *Controla interior*

2 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior*

3 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior i que es creu interiorment*

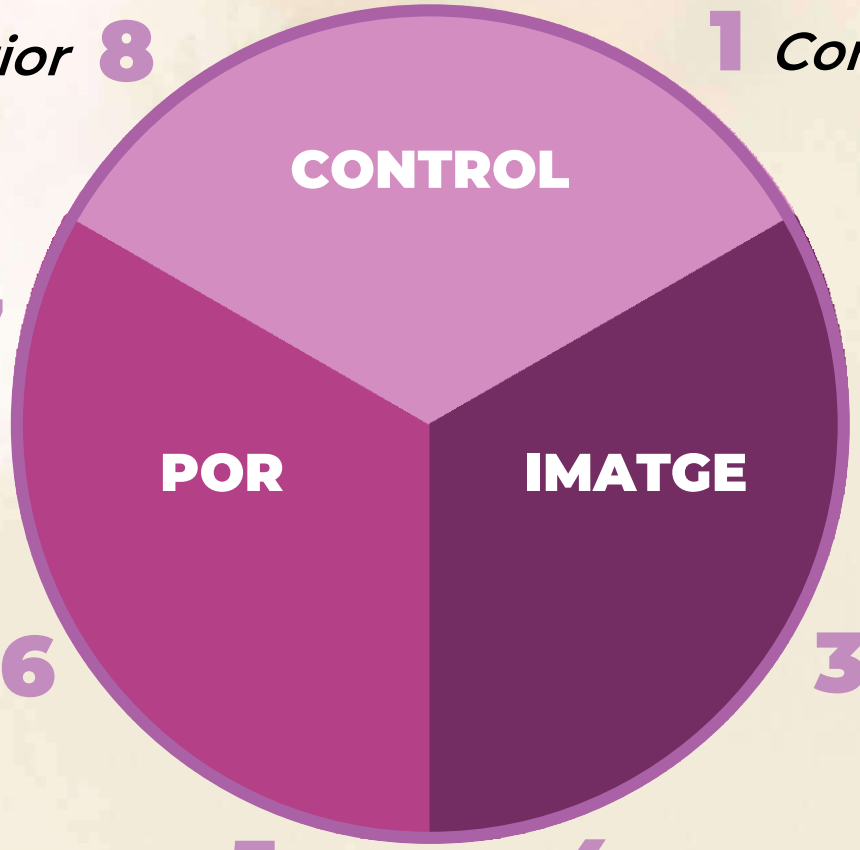
4 *Crea una imatge que es creu interiorment*

5

6

7 *Controla exterior* 8

Les tríades de la **Direcció energètica**



9 *Controla interior per controlar exterior*

1 *Controla interior*

2 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior*

3 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior i que es creu interiorment*

4 *Crea una imatge que es creu interiorment*

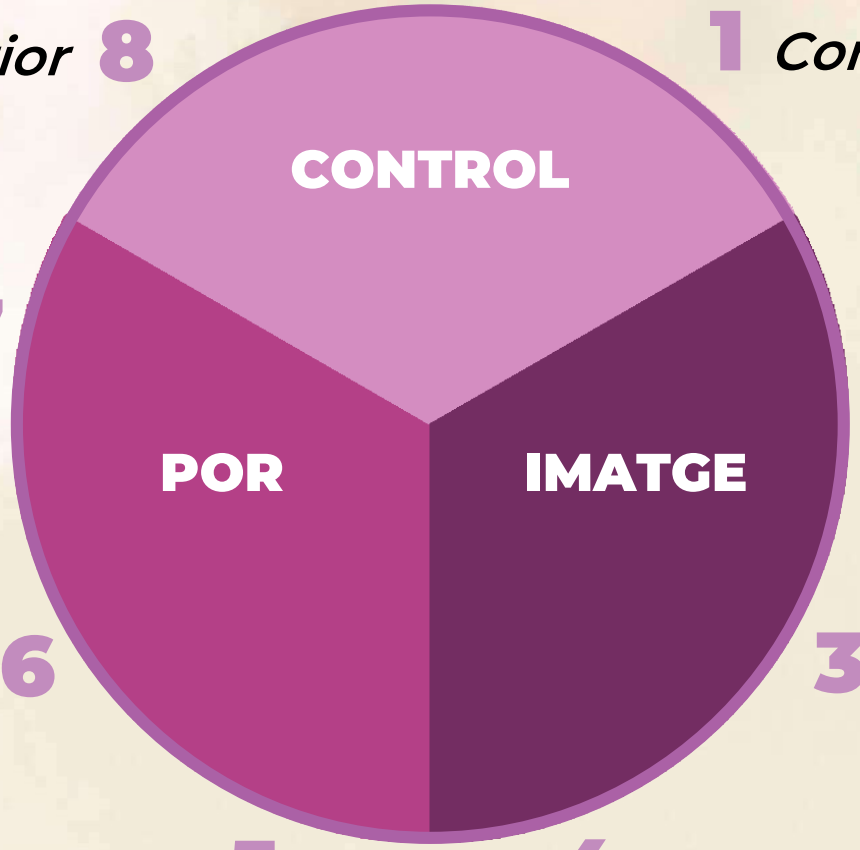
5 *Fugida a l'interior de pors externes*

6

7

8 *Controla exterior*

Les tríades de la **Direcció energètica**



9 *Controla interior per controlar exterior*

1 *Controla interior*

2 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior*

3 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior i que es creu interiorment*

4 *Crea una imatge que es creu interiorment*

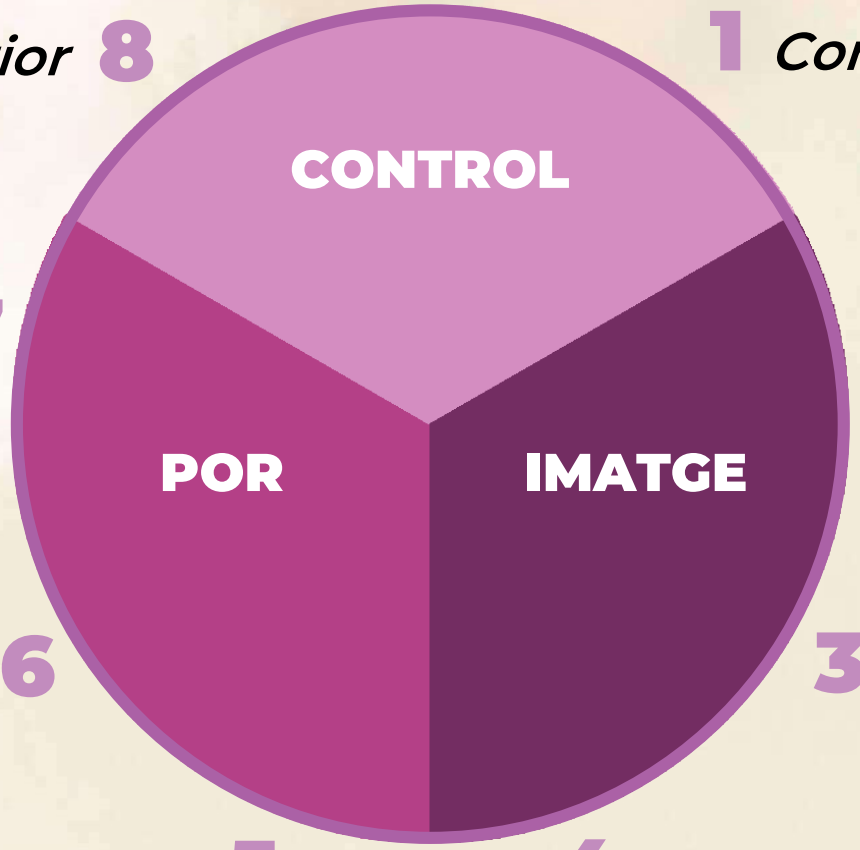
5 *Fugida a l'interior de pors externes*

6 *Fugida a l'exterior de pors internes i Fugida a l'interior de pors externes*

7

8 *Controla exterior*

Les tríades de la **Direcció energètica**



9 *Controla interior per controlar exterior*

1 *Controla interior*

2 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior*

3 *Crea una imatge que fa creure a l'exterior i que es creu interiorment*

4 *Crea una imatge que es creu interiorment*

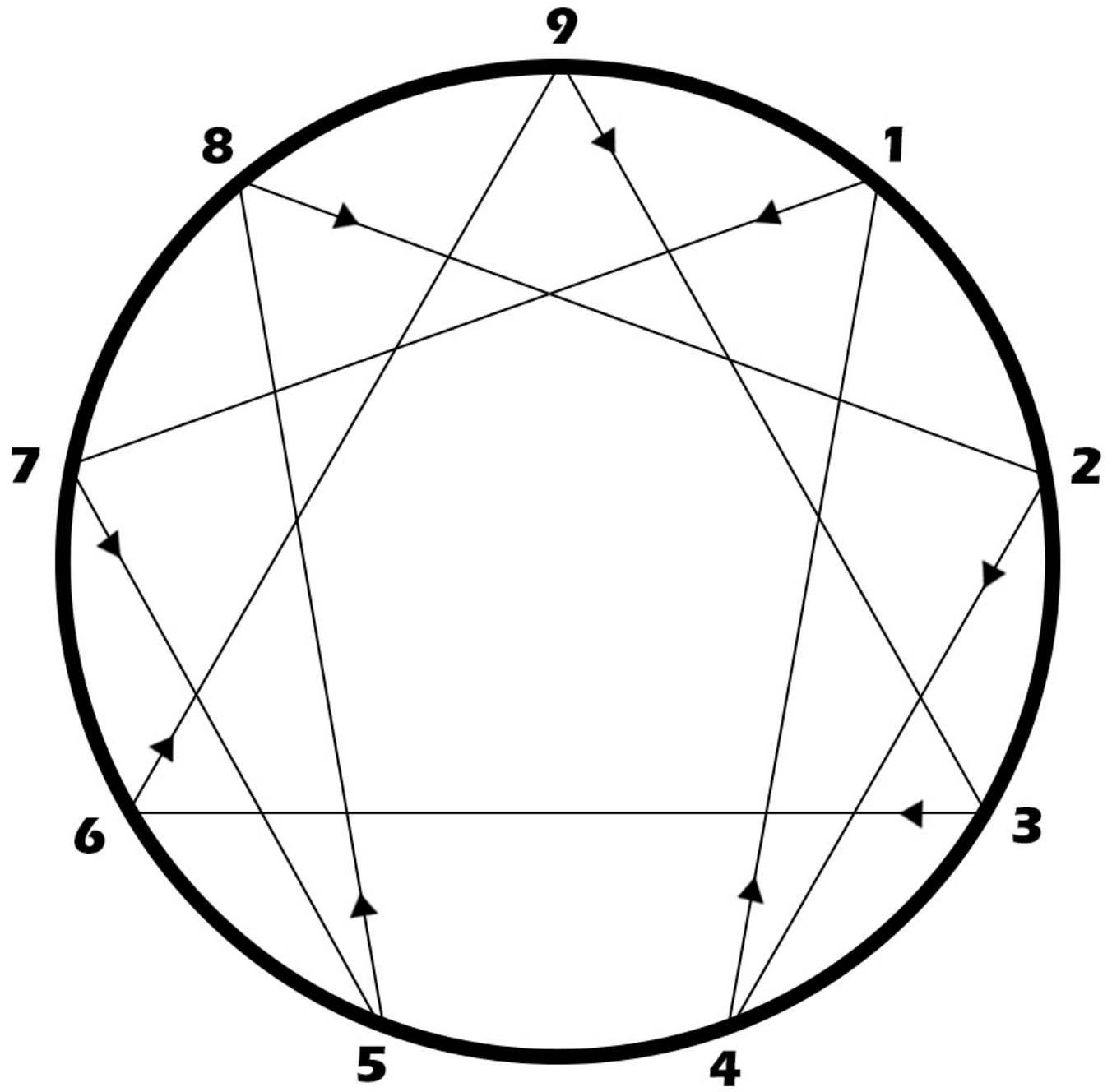
5 *Fugida a l'interior de pors externes*

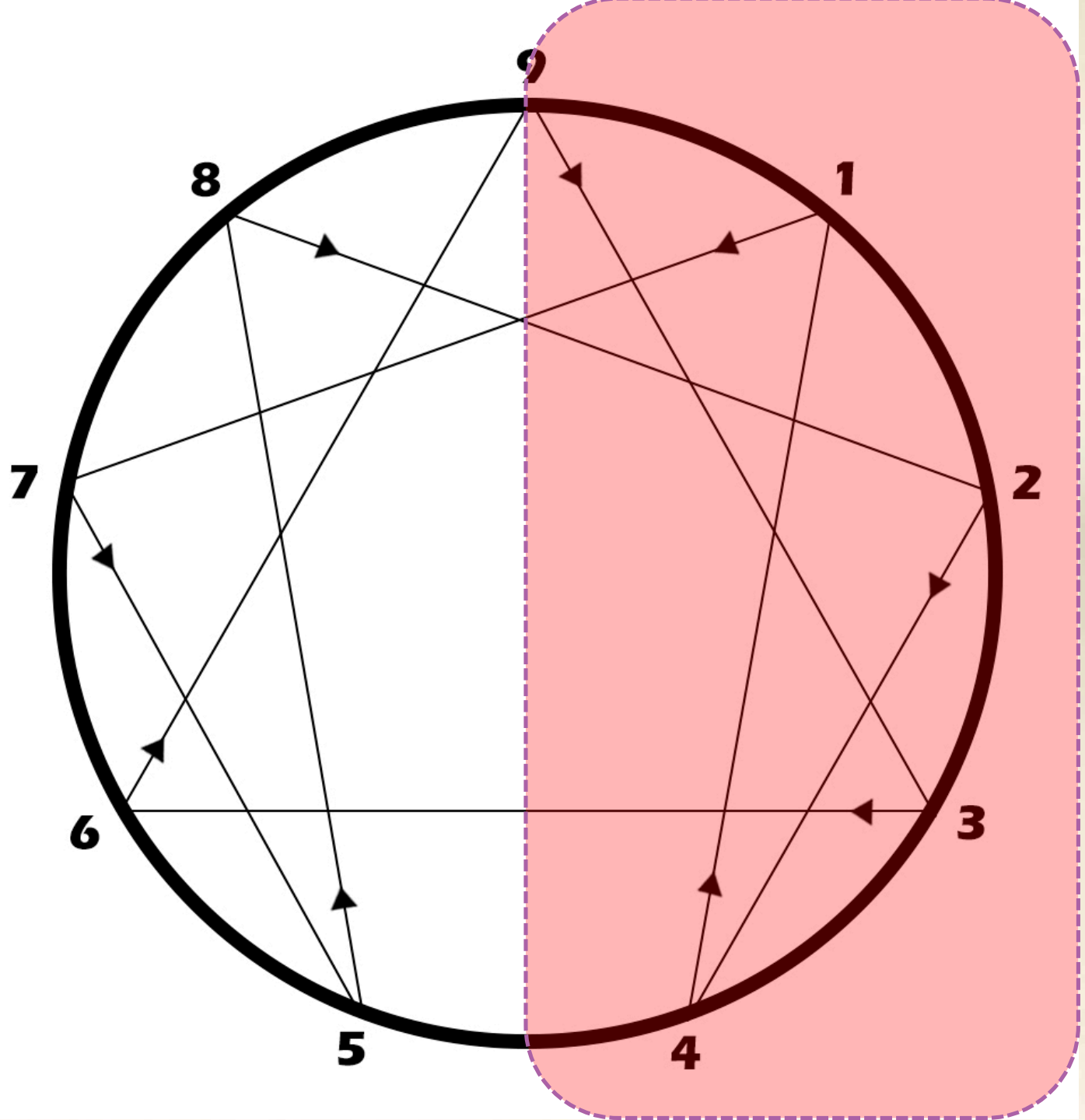
6 *Fugida a l'exterior de pors internes i Fugida a l'interior de pors externes*

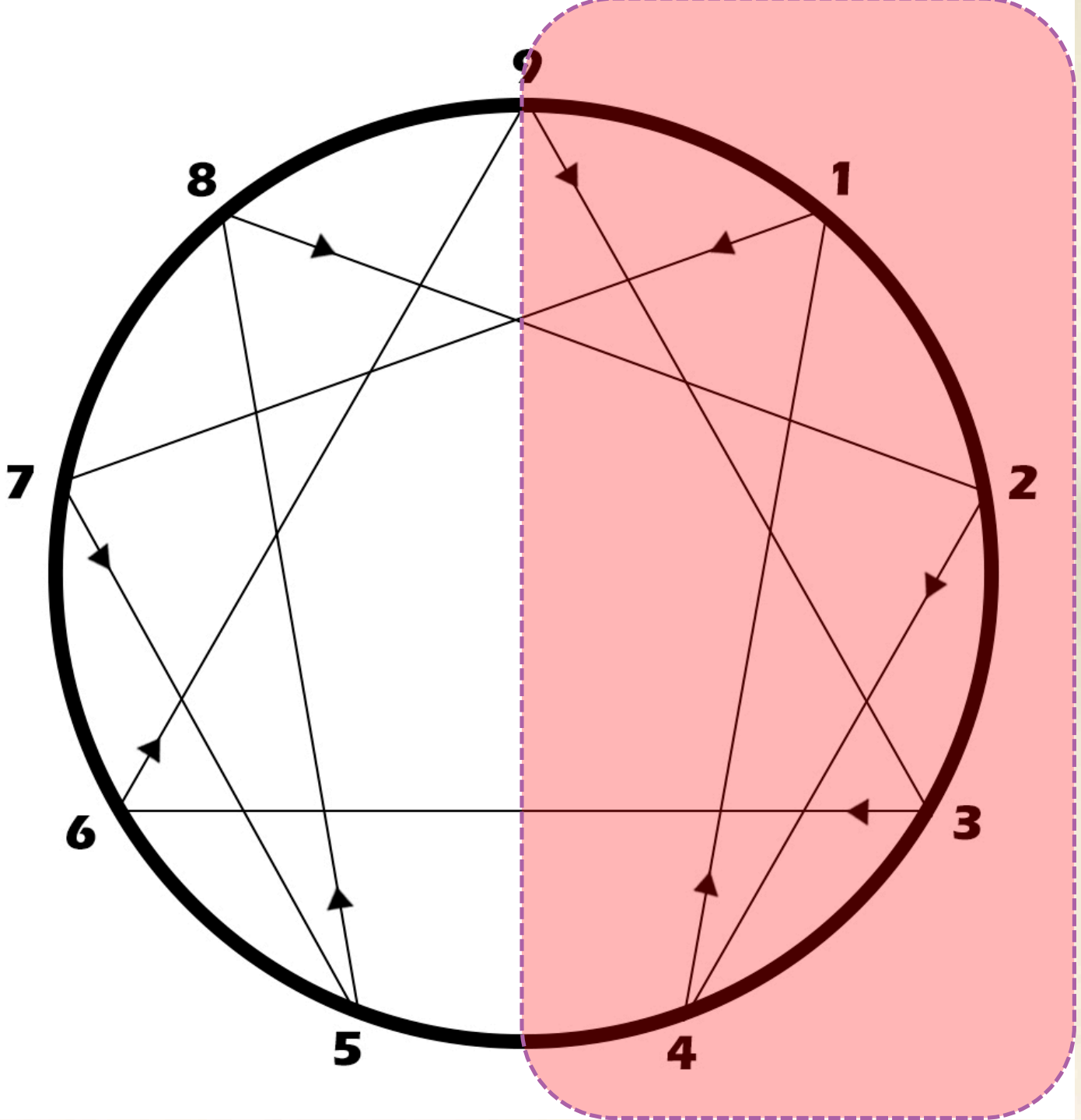
7 *Fugida a l'exterior de pors internes*

8 *Controla exterior*

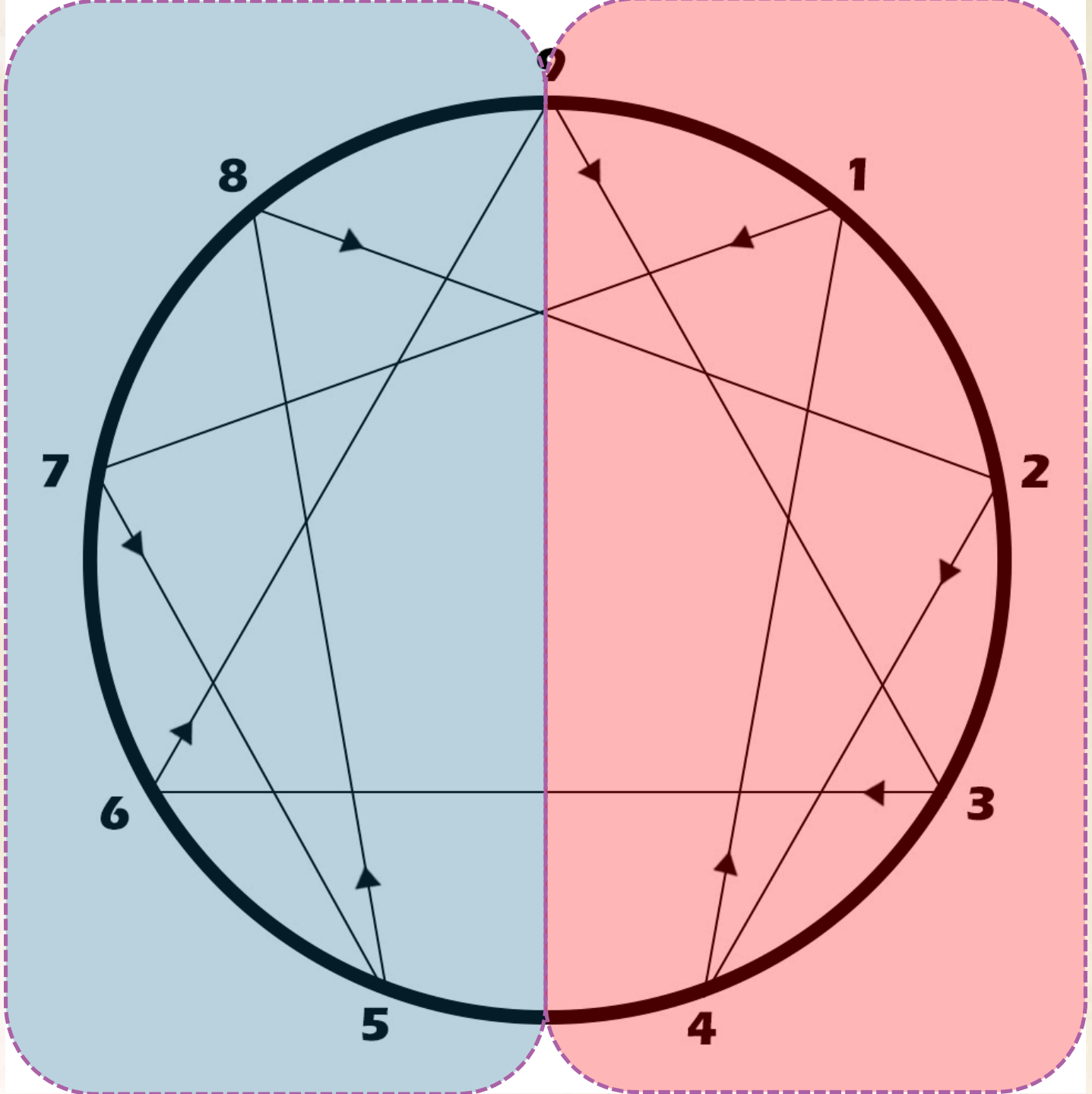
ARQUETIPS
“DE GÈNERE”


9
1
2
3
4
5
6
7
8


9
1
2
3
4
5
6
7
8

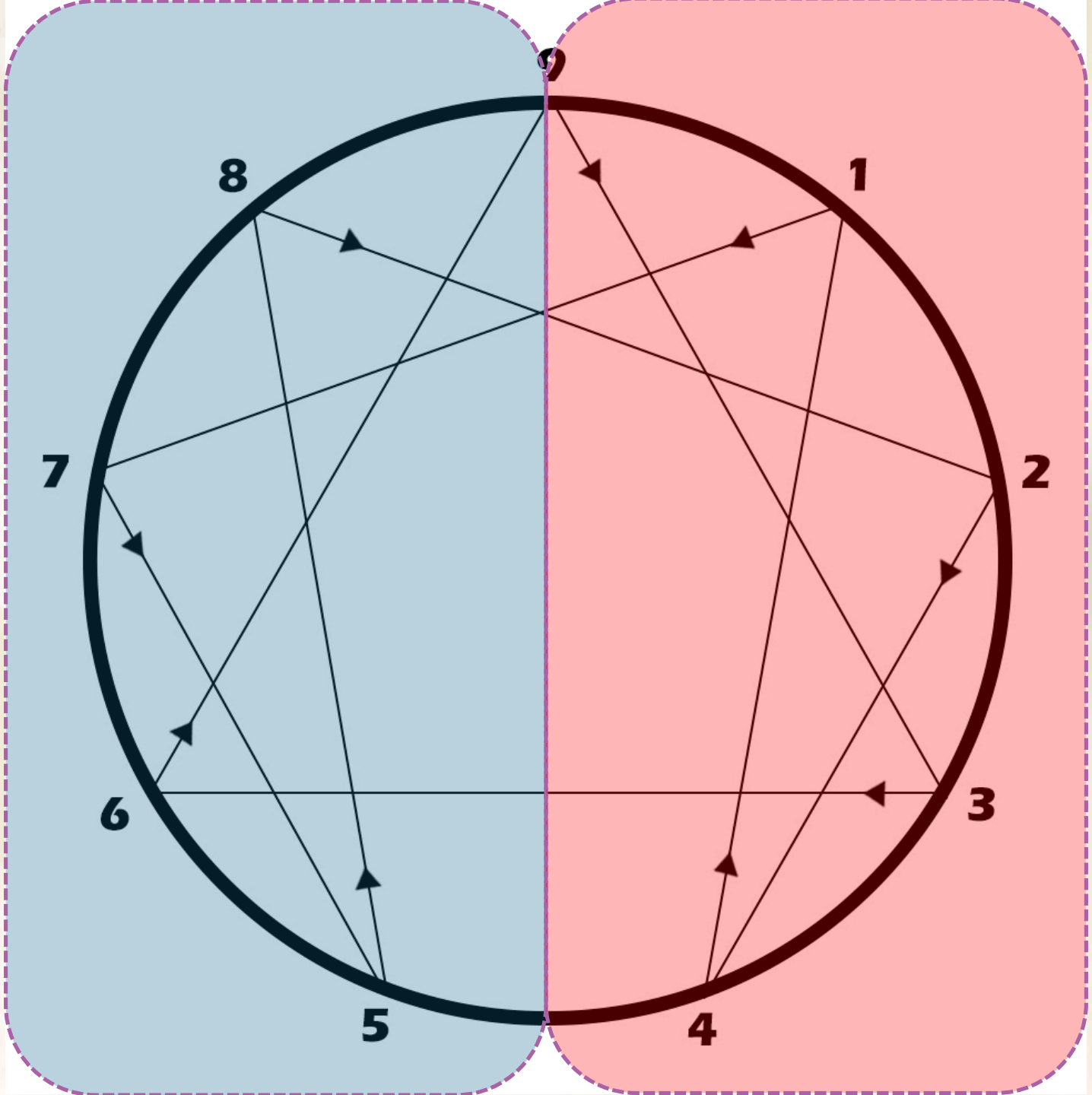


ARQUETIP FEMENÍ



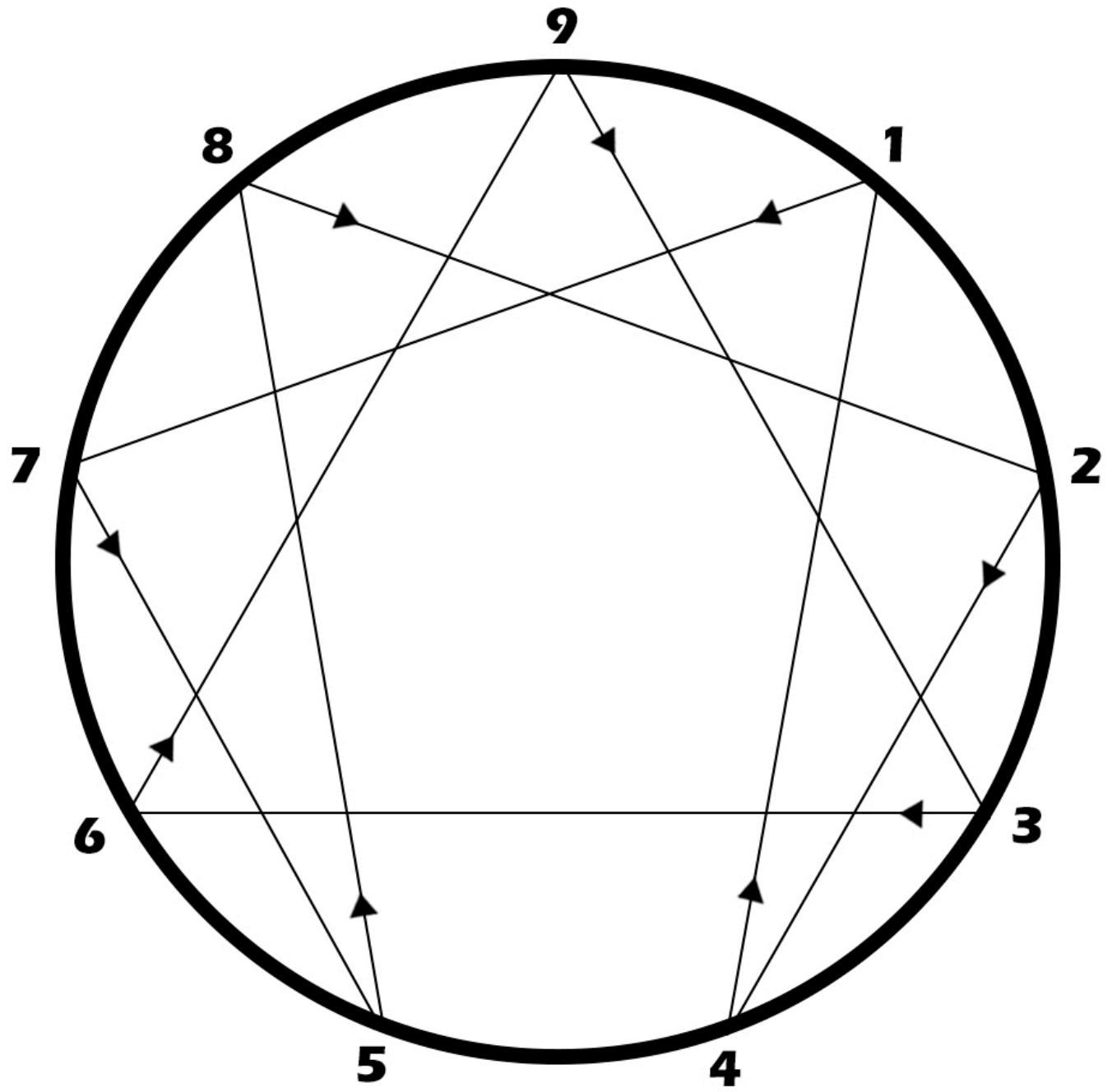
ARQUETIP FEMENÍ

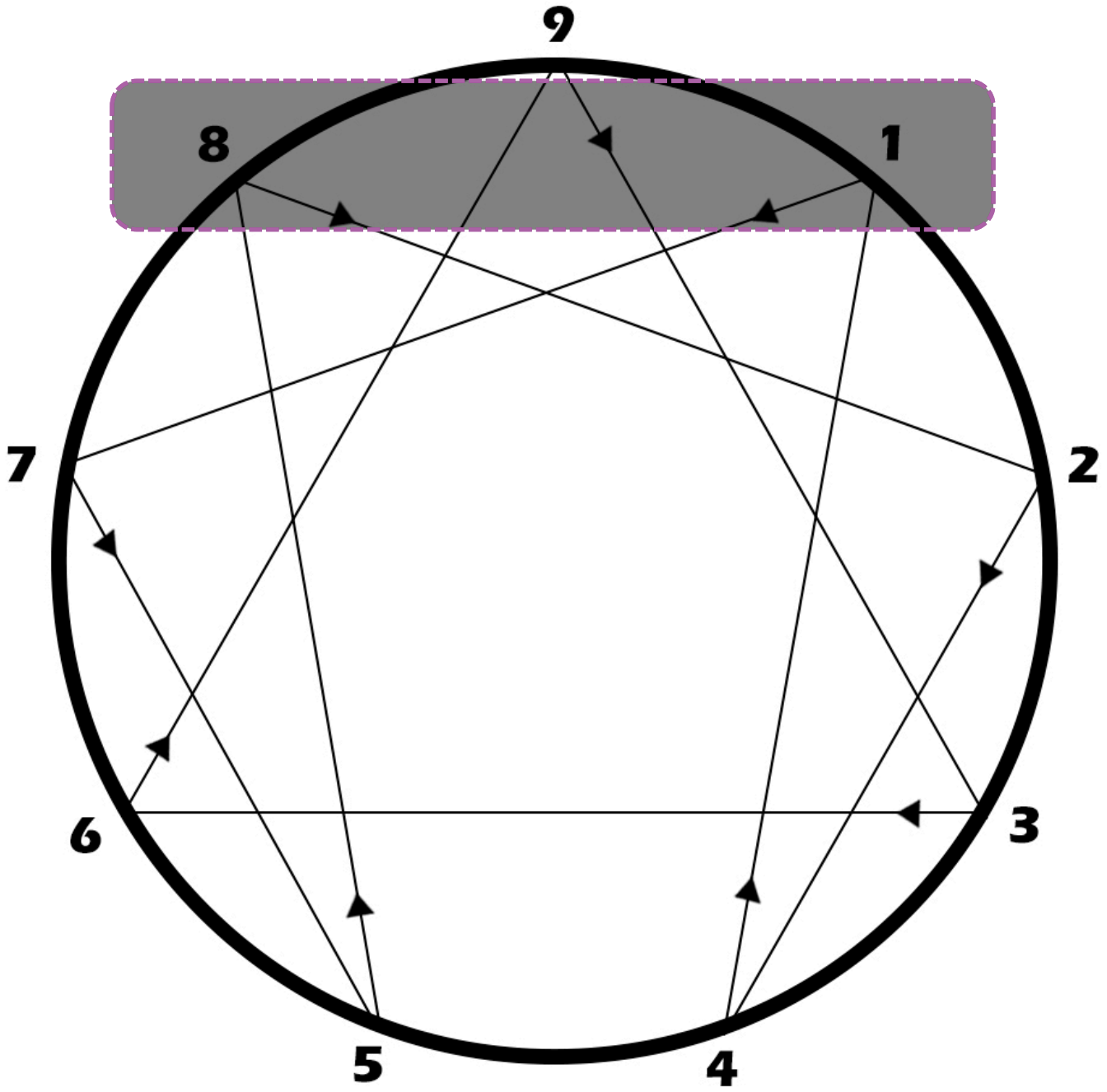
ARQUETIP MASCULÍ



ARQUETIP FEMENÍ

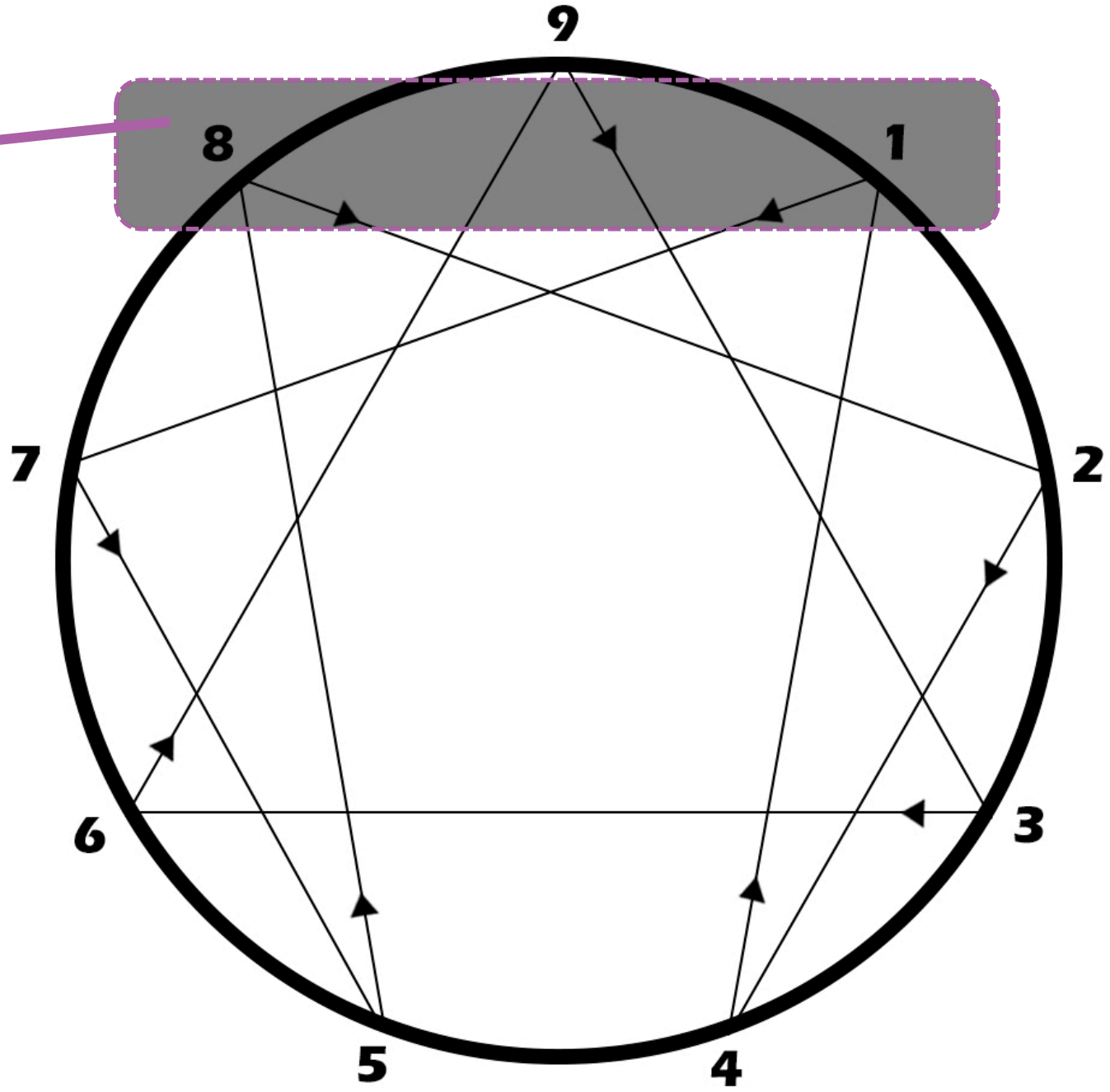
ARQUETIPS
“DE MADURACIÓ”


9
1
2
3
4
5
6
7
8


9
8
1
7
2
6
3
5
4

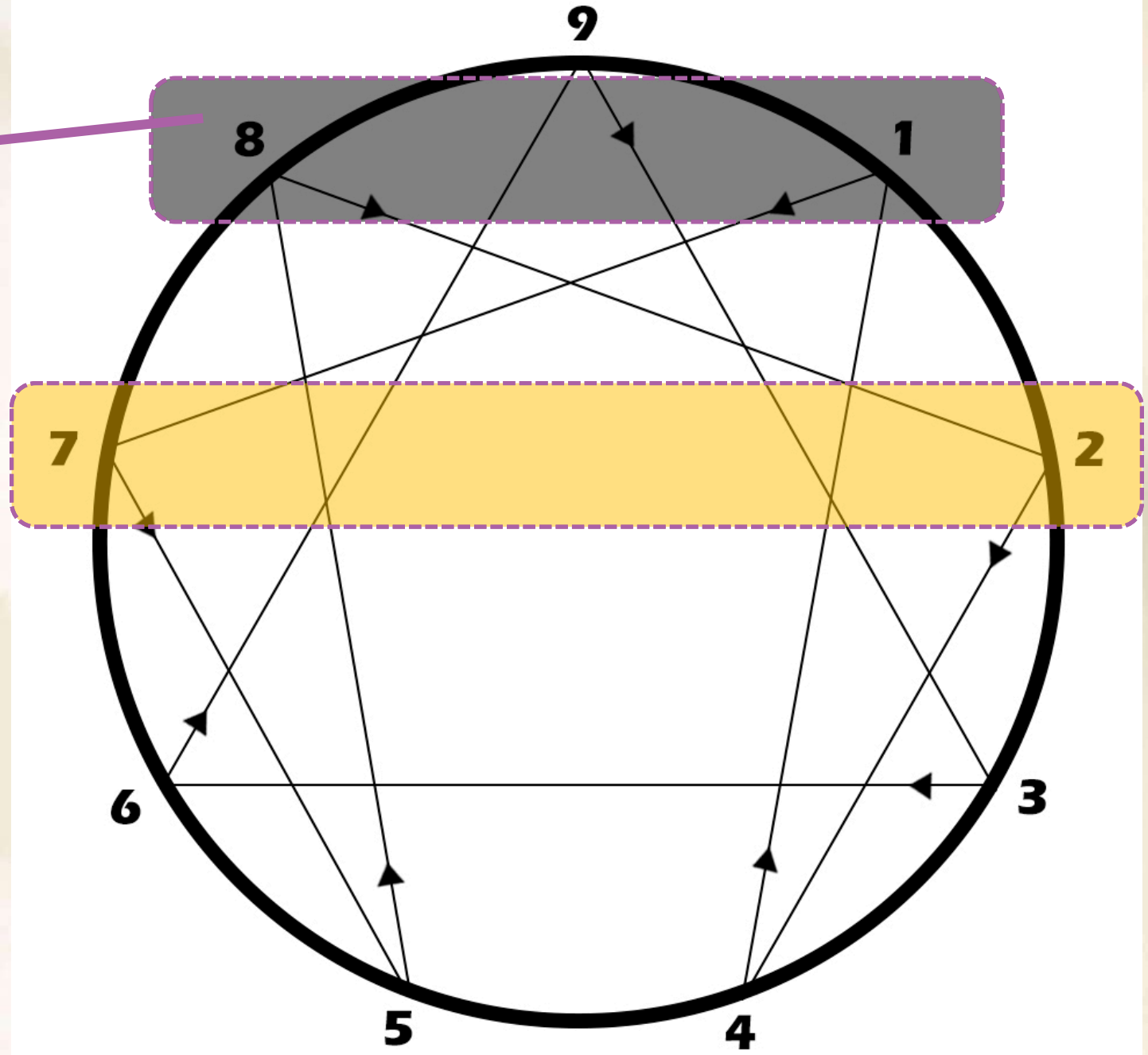
Arquetip

“PARE”

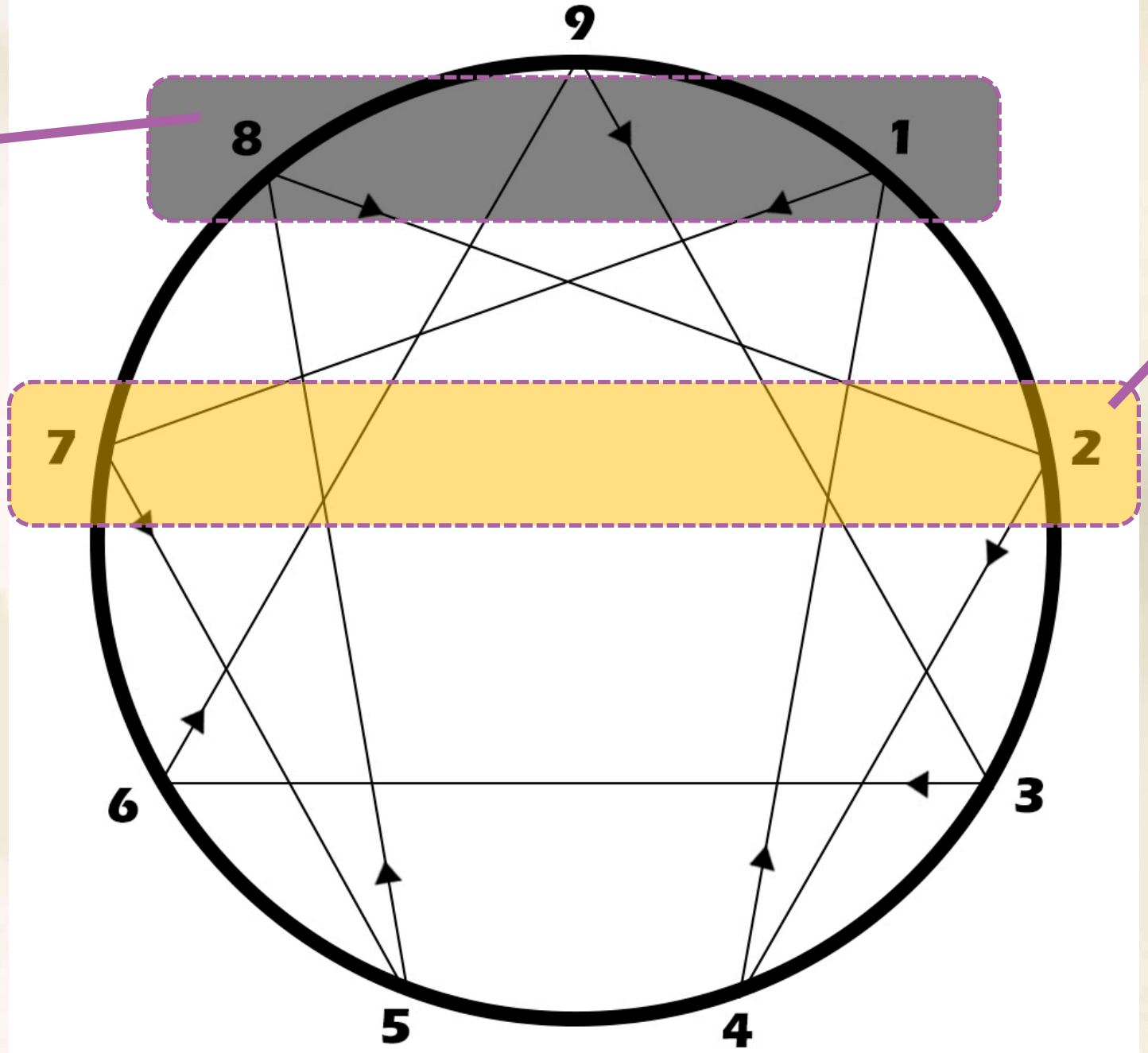


Arquetip

“PARE”

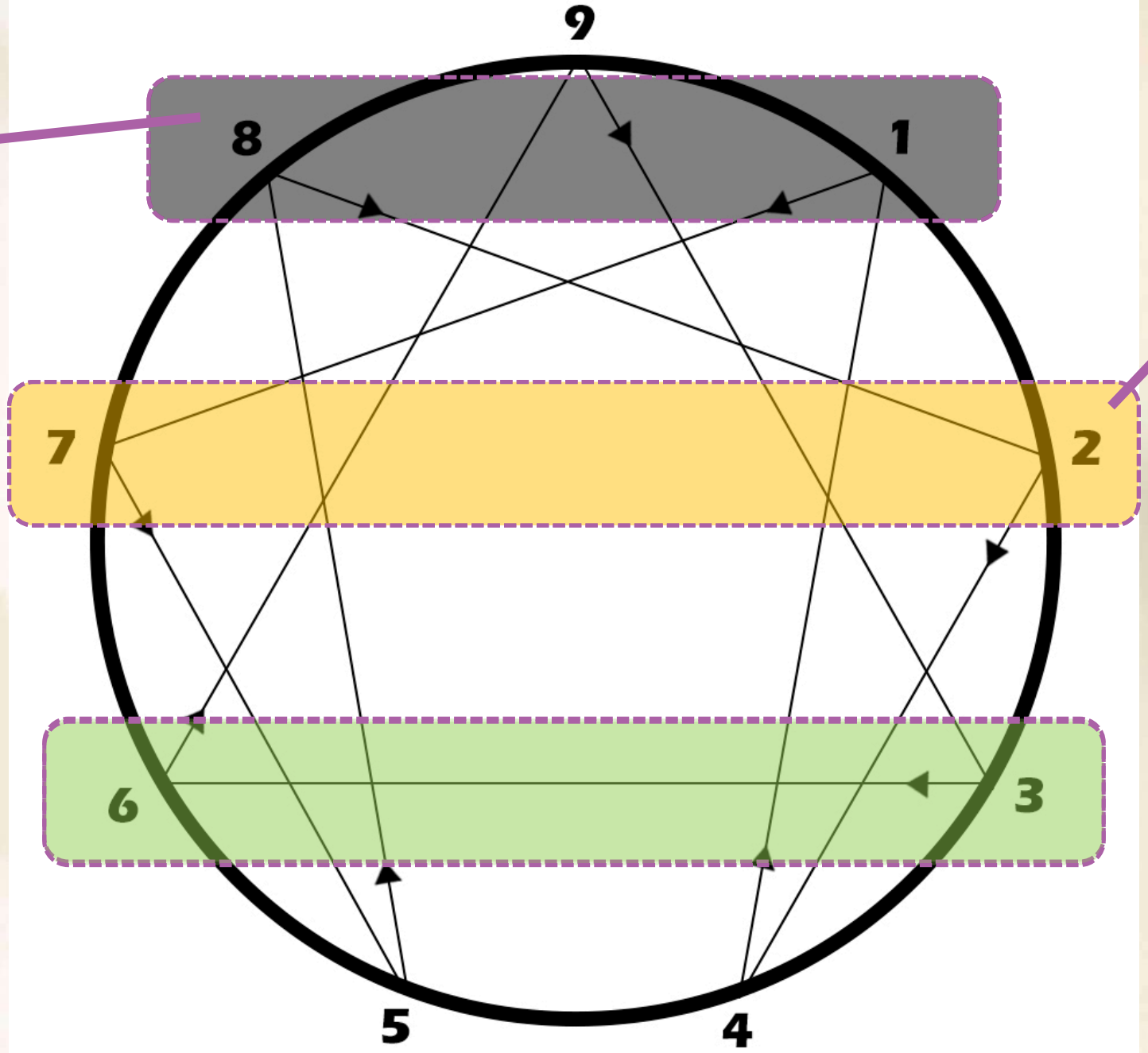


Arquetip
“PARE”



Arquetip
“MARE”

Arquetip
“PARE”

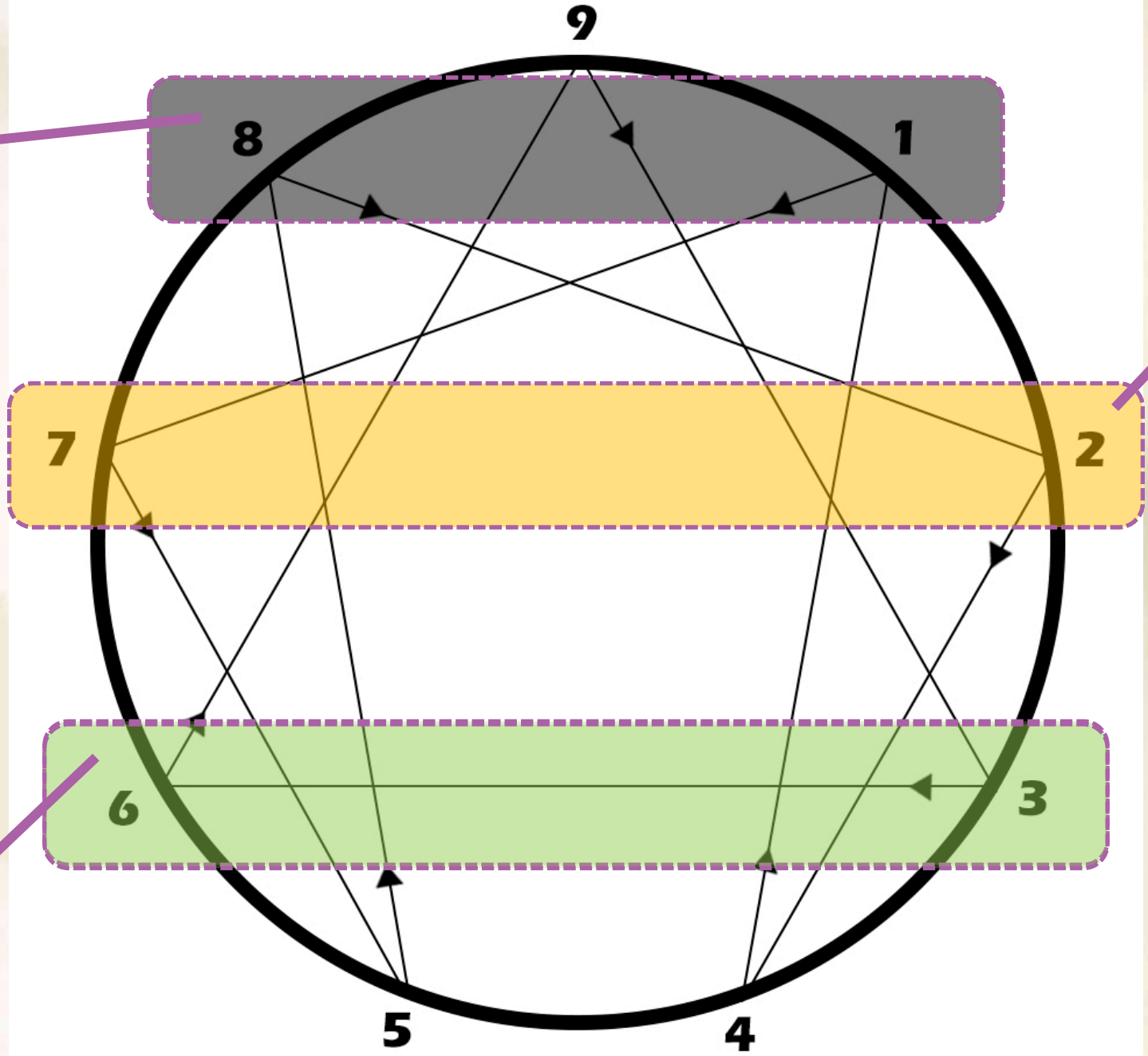


Arquetip
“MARE”

Arquetip
“PARE”

Arquetip
“MARE”

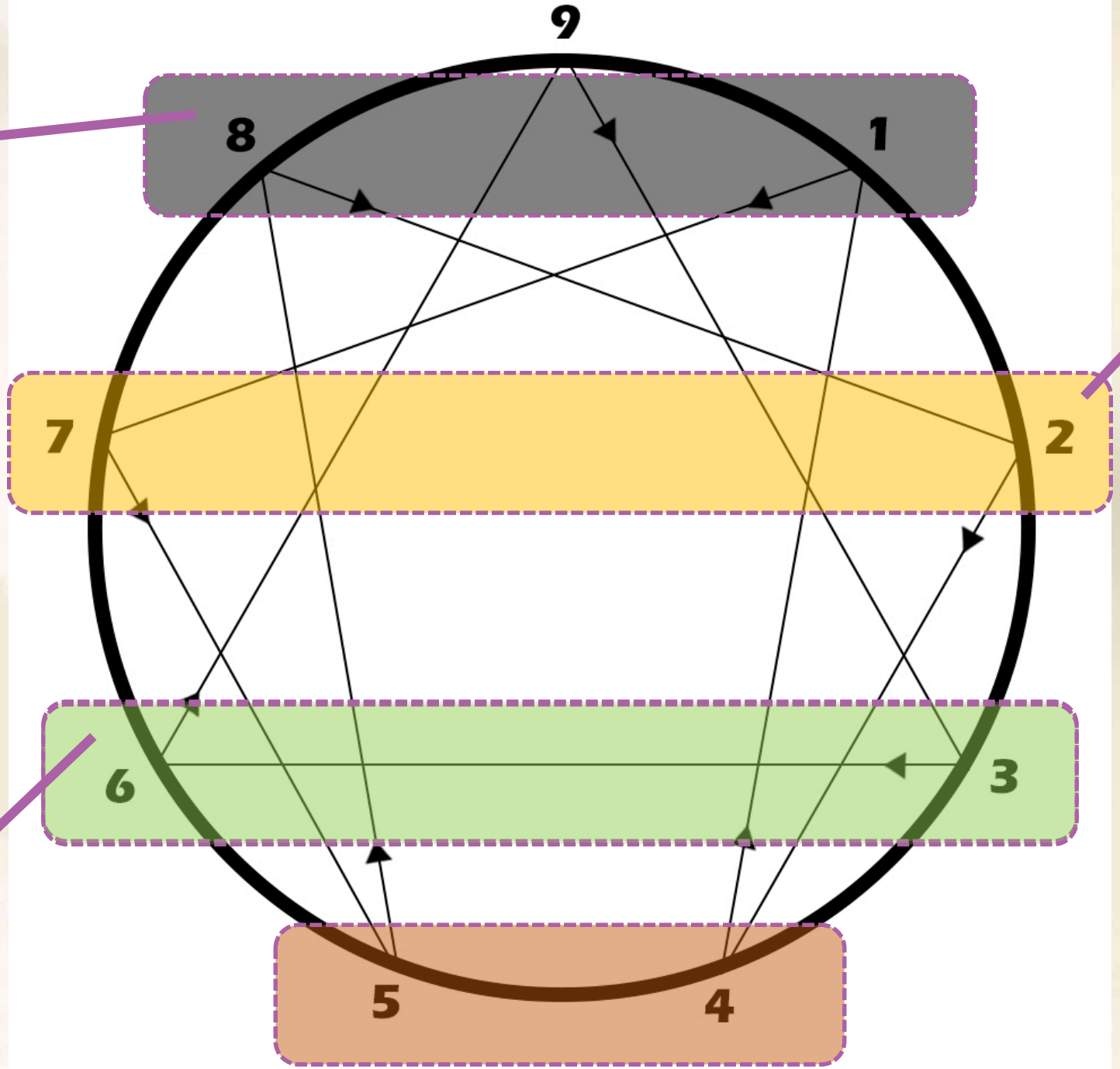
Arquetip
Adolescent



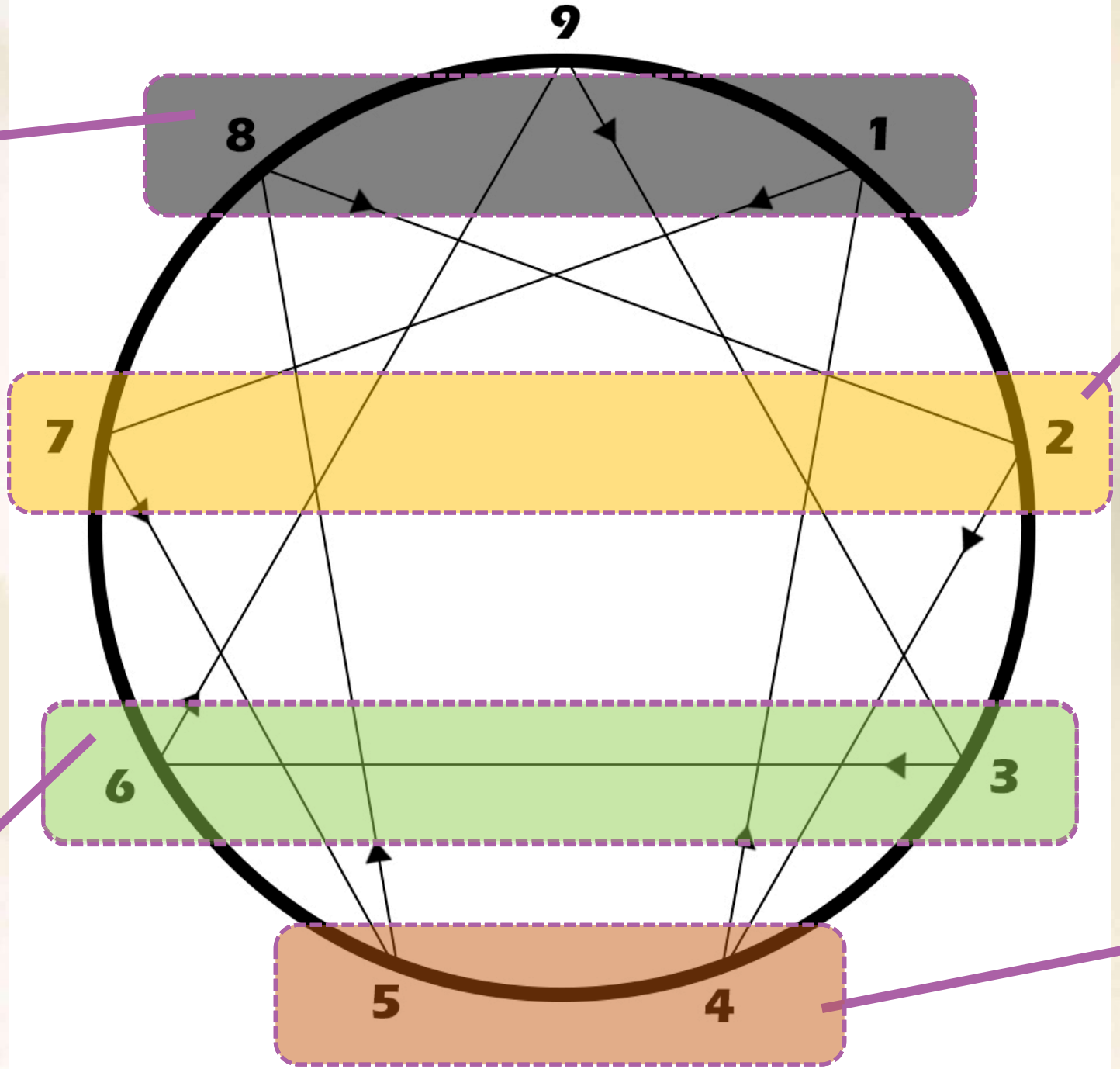
Arquetip
“PARE”

Arquetip
“MARE”

Arquetip
Adolescent



Arquetip
“PARE”



Arquetip
“MARE”

Arquetip
Adolescent

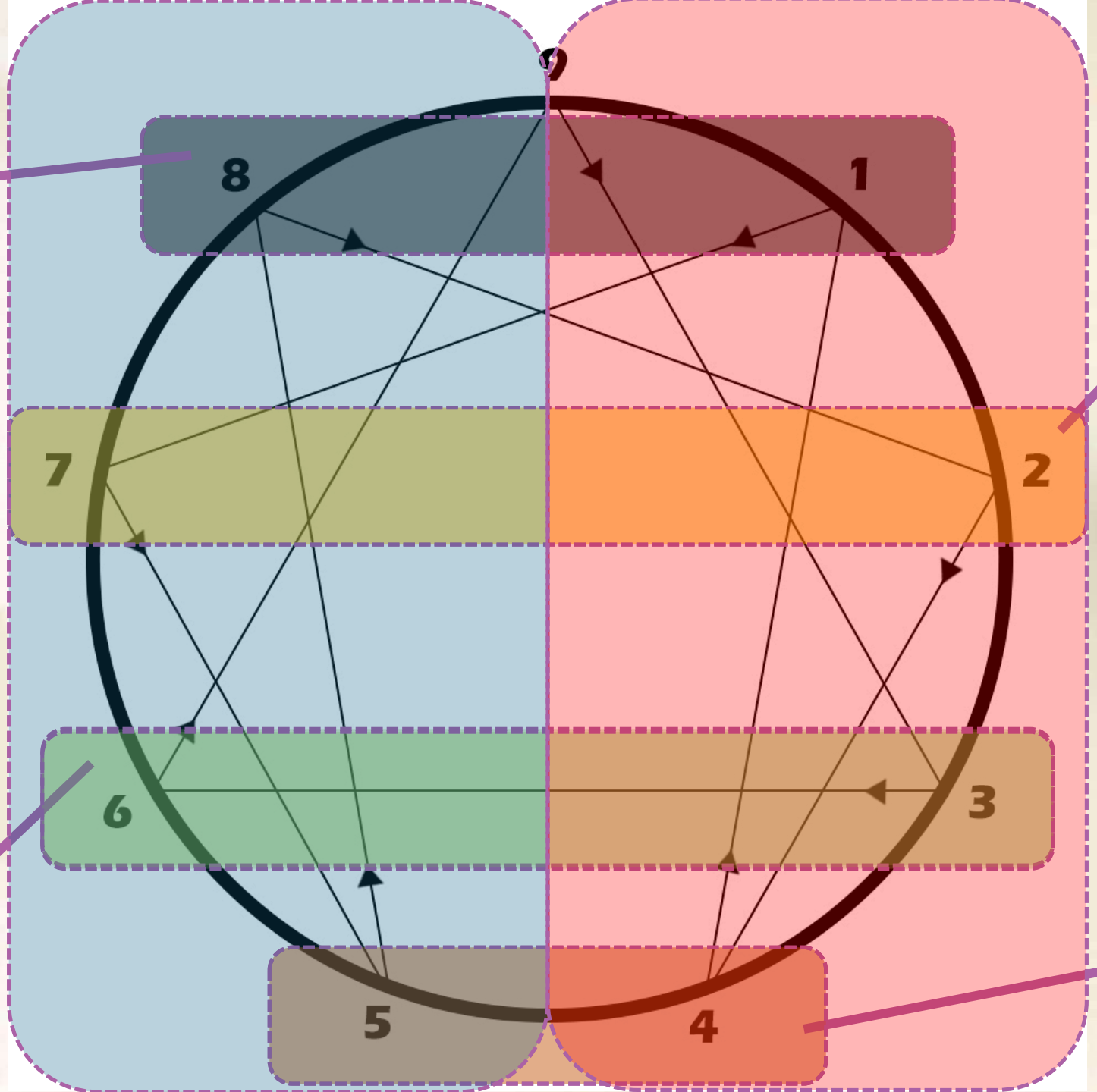
Arquetip
infantil

Arquetip
“PARE”

Arquetip
“MARE”

ARQUETIP
MASCULÍ

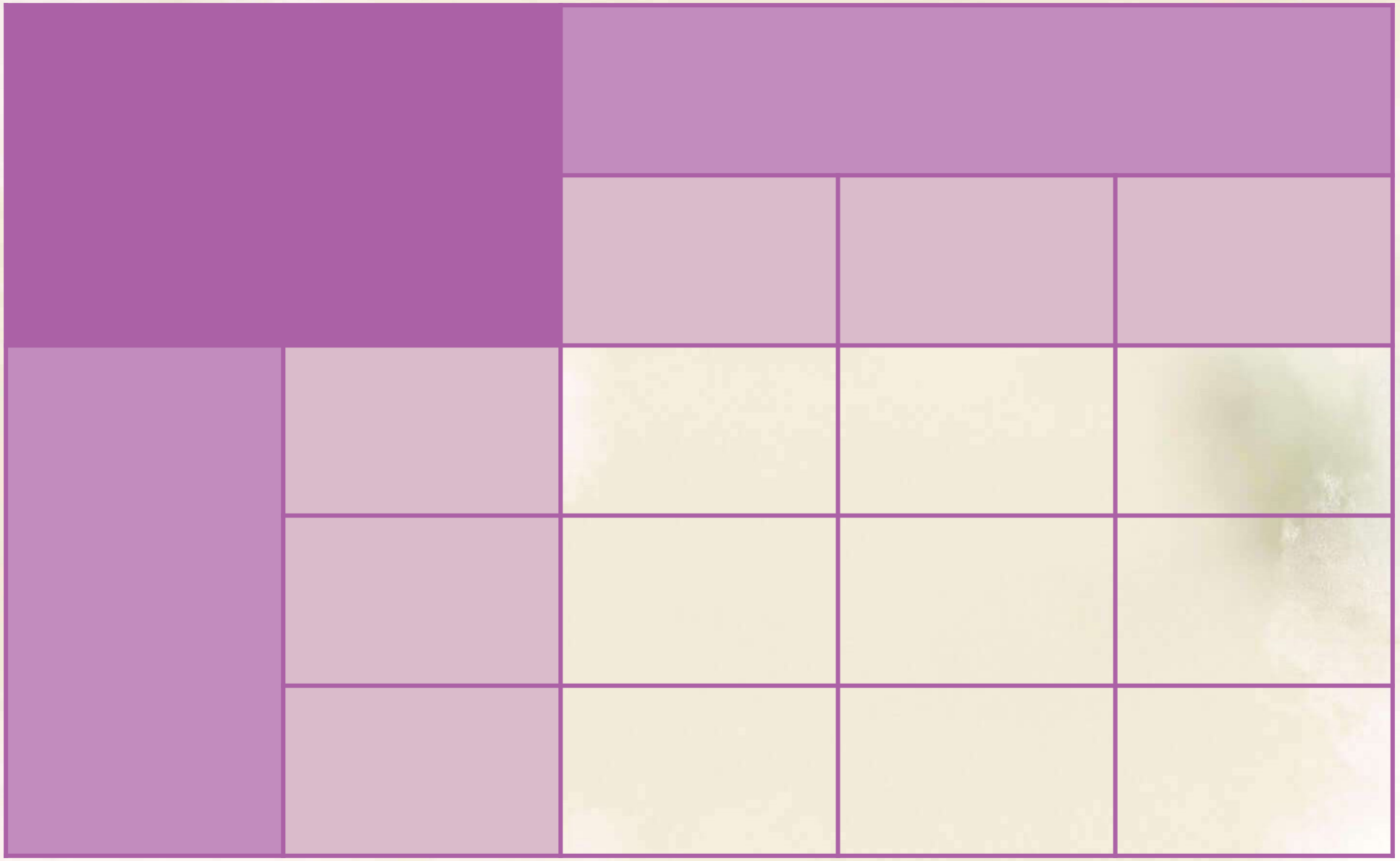
ARQUETIP
FEMENÍ

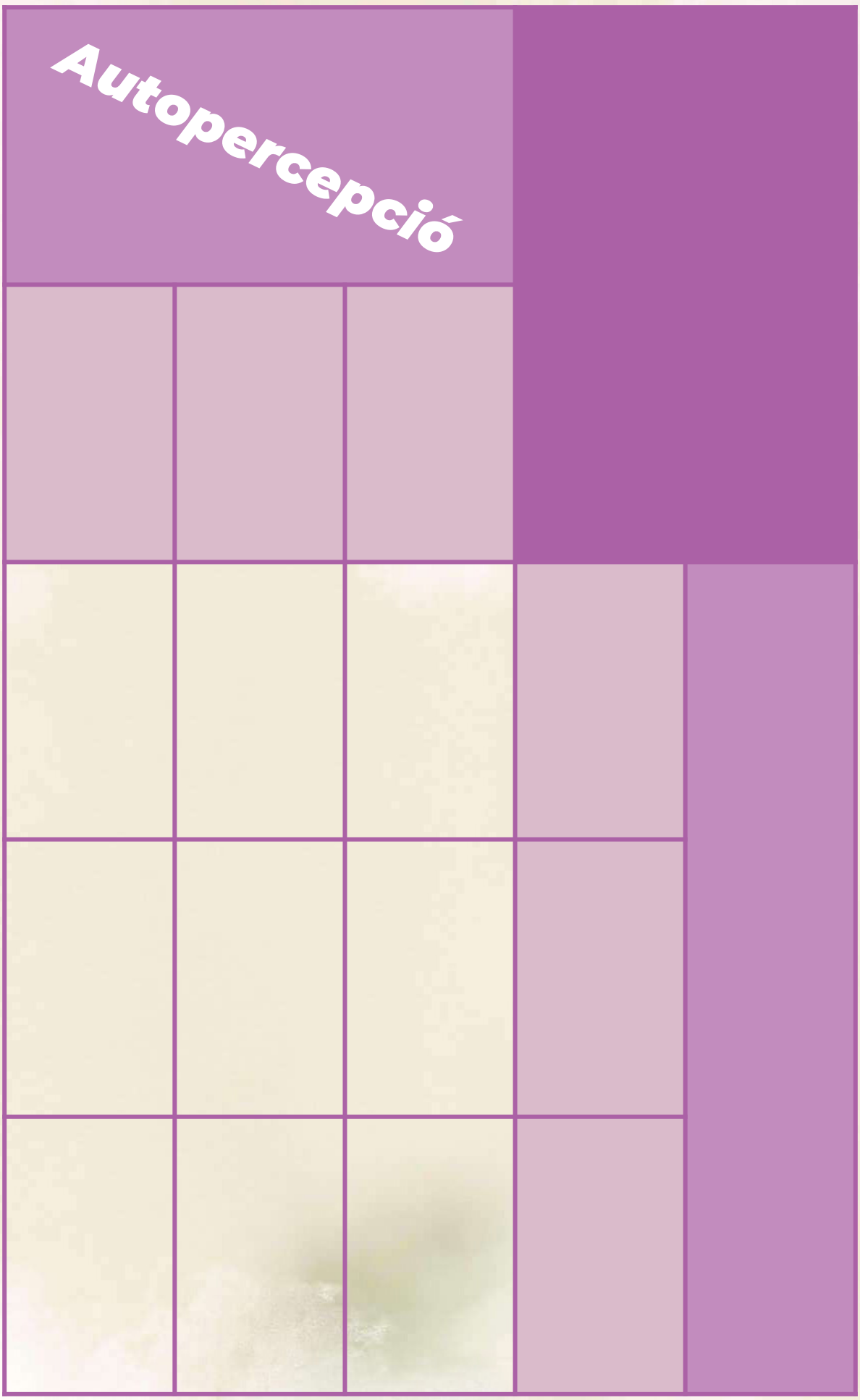


Arquetip
Adolescent

Arquetip
infantil

Taula
d'Autopercepció i Sociabilitat




Autopercepció

Autopercepció	Superior a			
	Igual que			
	Inferior a			

		Sociabilitat		
Autopercepció	Superior a			
	Igual que			
	Inferior a			

		Sociabilitat		
		Antipatia	Apatia	Empatia
Autopercepció	Superior a			
	Igual que			
	Inferior a			

		Sociabilitat		
		Antipatia	Apatia	Empatia
Autopercepció	Superior a	E8	E5	E2
	Igual que			
	Inferior a			

		Sociabilitat		
		Antipatia	Apatia	Empatia
Autopercepció	Superior a	E8	E5	E2
	Igual que	E3	E9	E6
	Inferior a			

		Sociabilitat		
		Antipatia	Apatia	Empatia
Autopercepció	Superior a	E8	E5	E2
	Igual que	E3	E9	E6
	Inferior a	E1	E4	E7



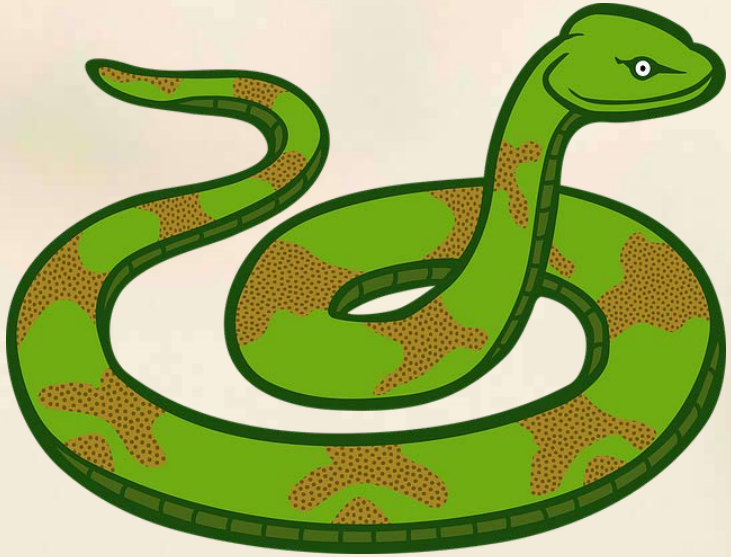
EGO

Mestre de l'engany



“El origen de todo fraude”







SERPS, BRUIXES

=

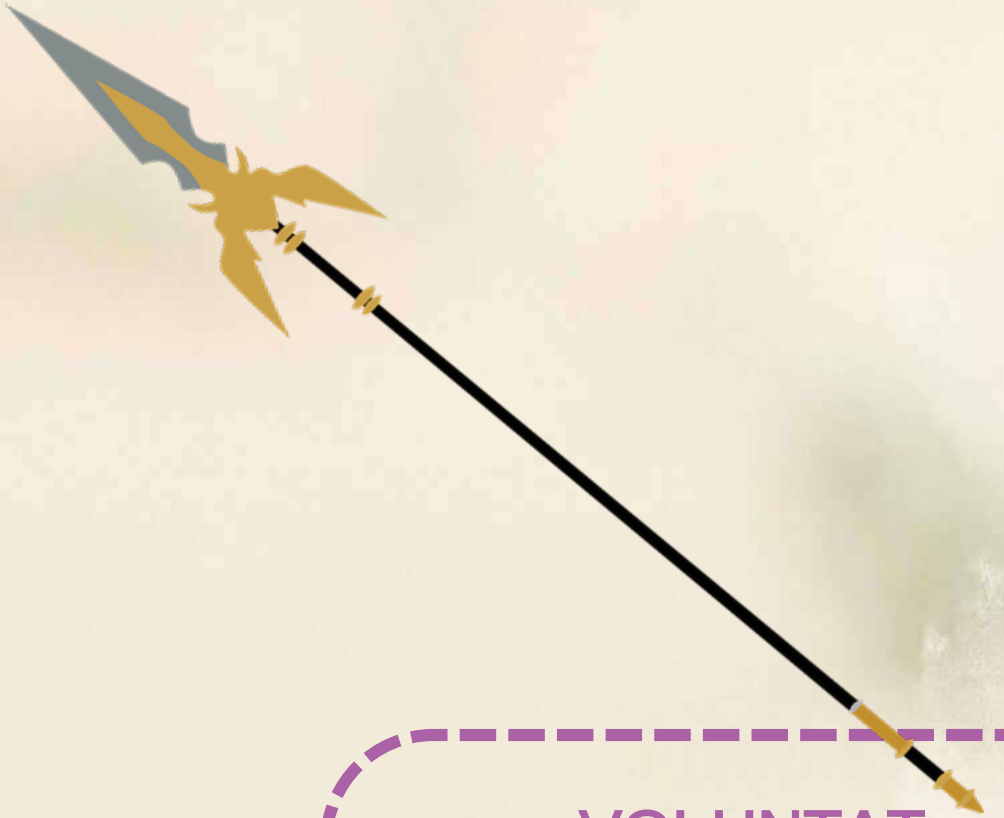
EGO, MENT REPTILIANA ENGANY, EVOLUCIÓ



SERPS

EVOLUCIÓ, CURACIÓ





Espases,
Llances

=

VOLUNTAT,
CONSTÀNCIA



“El origen de todo fraude”

Esperit del foc



FOC

=

PURIFICACIÓ



“El origen de todo fraude”

Esperit del foc

Antagonista de Thor







GUERRERS,
CAVALLERS,
CAÇADORS

=

ACCIÓ,
ENERGIA
EMISSORA



“El origen de todo fraude”

Esperit del foc

Antagonista de Thor

Al costat de Fenrir i Jörmungandr

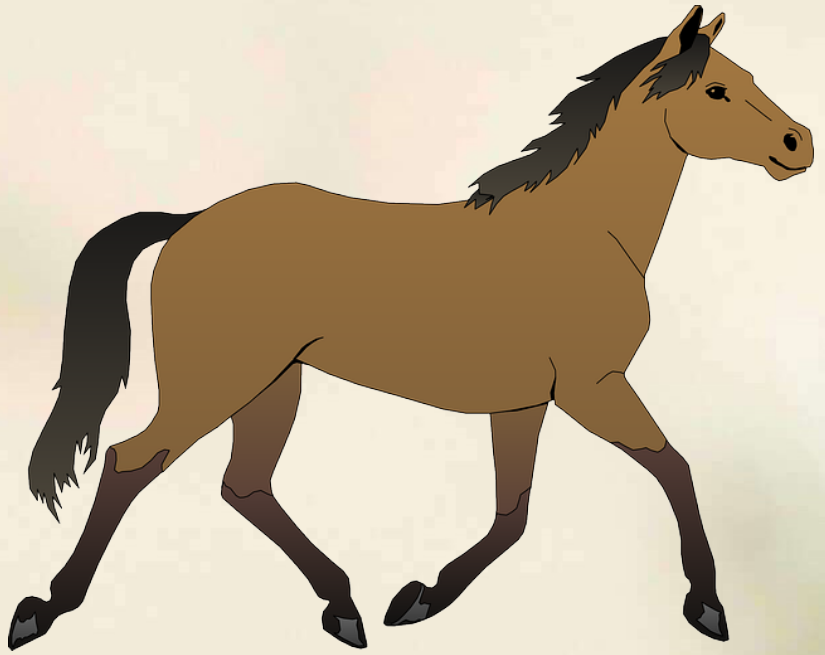


Jörmungandr i les 9 passes de Thor



Fenrir, fill de Loki, assassí d'Odin





LLOPS,
MAMÍFERS

=

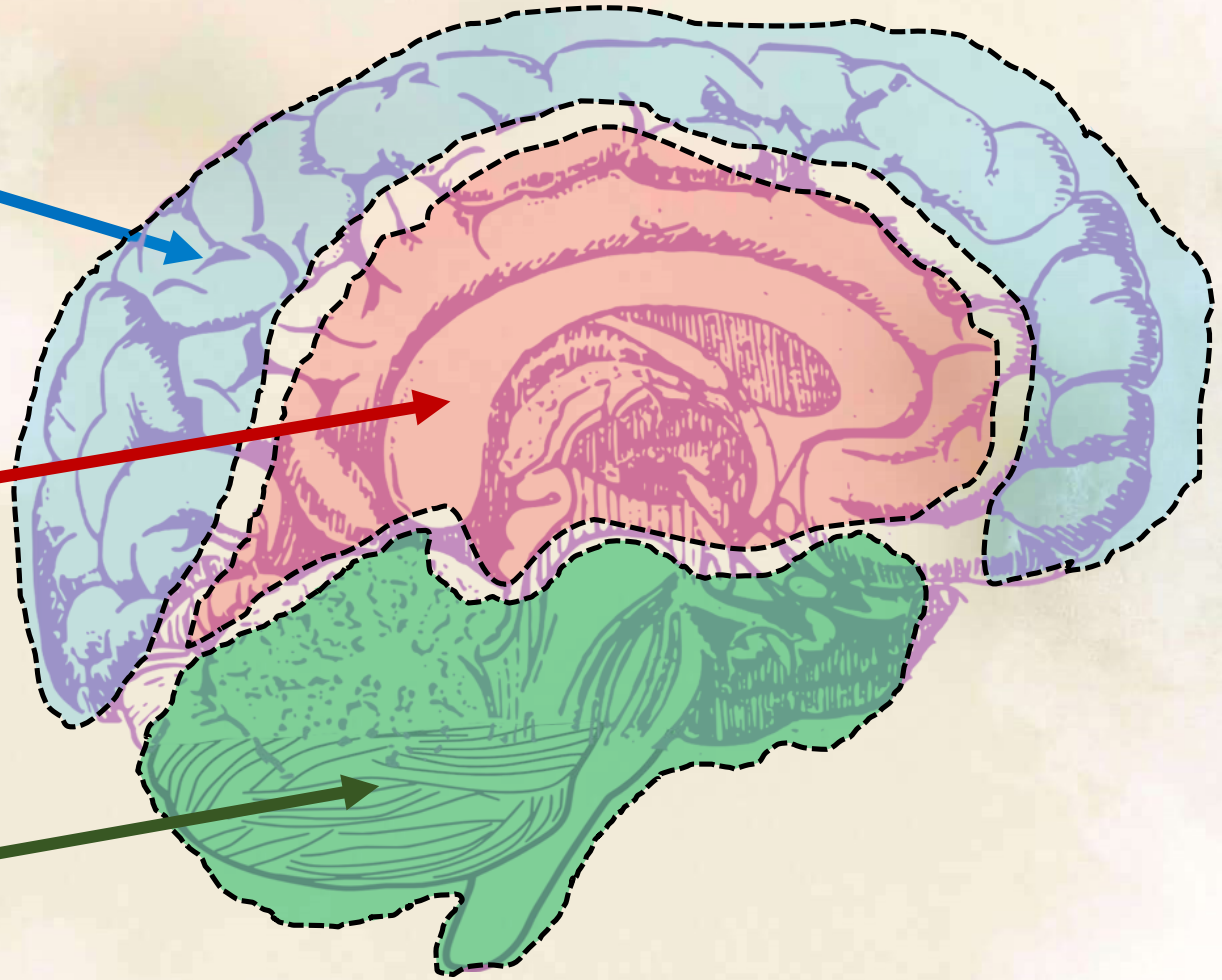
SISTEMA LÍMBIC,
EMOCIONS

El context físic de les emocions

NEOCÒRTEX

SISTEMA LÍMBIC

MENT REPTILIANA





“El origen de todo fraude”

Esperit del foc

Antagonista de Thor

Al costat de Fenrir i Jörmungandr

Portador de la llum



Llucifer (“portador de llum”)





PESCADORS = PEDAGOGS

“L’engany”
de cada eneatip



ENEATIP 1

El més...
segur, impositiu, normatiu, refrenat

INSEGUR

NO SEGUEIX REGLES

DESCONTROL



ENEATIP 2

El més...
ajudador, romàntic, empàtic

AJUDA INTERESSADA

AMOR CONSUMISTA

NO ESCOLTA



ENEATIP 3

El més...
Treballador, estratega, poderós

MANDRÓS

CREMA PONTS

INSEGUR



ENEATIP 4

El més...
Especial, emocional, profund

PREVISIBLE

EMOCIONS “MENTALS”
(imagina l’emoció)

BÀSIC



ENEATIP 5

El més...
Desconnectat dels humans, intel·ligent, superior

DEPENENT

SOCIALMENT INCOMPETENT

INFERIORITAT



ENEATIP 6

El més...
Bon nen/bona nena,
lleials, valents

SECRETS I “DOLENTS”

TRAÏCIONS

COVARDS



ENEATIP 7

El més...
Impulsius, divertits, grupals

MASSA MENTALS

MALS HUMORS I DEPRESSIONS

INDIVIDUALS



ENEATIP 8

El més...
Dominant I agressiu,
segur de sí mateix, espavilat

VOL TENDRESA

INSEGUR

ÉS ENGANYAT



ENEATIP 9

El més...
empàtic, adaptable i evitador de conflictes

INSENSIBLE

INAMOVIBLE

ENVOLTAT DE CONFLICTES







Protagonista, antagonista i aliats

les validacions de l'Ego.

Dinàmica



Protagonista

Com estic sent “el bo de la pel·lícula”?

Dinàmica



Antagonista

Qui és el meu “falso villano”?

Dinàmica



Aliats

Qui està “validant” l’estratègia del meu ego?

ELCASTELL INTERIOR
formació i creixement

www.elcastellinterior.cat

info@elcastellinterior.cat



Mar Serra

marserra@elcastellinterior.cat



Hector Campoy

hectorcampoy@elcastellinterior.cat