

TEST DE PERSONALIDAD «EneagramaNauta» ©



¡Conócete a ti mismo viajando a través del Eneagrama!

Test «EneagramaNauta» © de los 9 tipos de personalidad (versión 16) diseñado por **Alberto Peña Chavarino**, coach, psicólogo y economista, miembro del Colegio de Psicólogos de Madrid, profesor acreditado por la Asociación Española de Eneagrama, la International Enneagram Association (IEA) y el Instituto de Coaching Personal de Madrid

www.AlbertoChavarino.com



ESPAÑA
International
Enneagram Association



Instituto de
Coaching
Personal

Alberto Peña Chavarino
Psicólogo colegiado M-33062





INTRODUCCIÓN AL TEST DE PERSONALIDAD

«*ENEAGRAMANAUTA*» ©

por Alberto Peña Chavarino

Querido amigo/a, cuando por primera vez me acerqué al Eneagrama mi actitud fue bastante escéptica, y pensé:

- ¿Cómo iba a etiquetarme a mí un simple sistema con solo 9 tipos de personalidad? ¿Por qué voy a tener yo que estar “clasificado”? ¿Quién iba a catalogarme a mí sin conocerme? Y aunque fuera posible ¿Para qué me va a servir saber quién soy?

Yo siempre he sido bastante escéptico hacia los sistemas de tipificación humana y mucho más hacia cualquier cosa que tuviera tintes esotéricos...

Sin embargo, el Eneagrama me llamó especialmente la atención desde el primer momento. La curiosidad por conocerme me impulsó a investigar más sobre esta eficaz herramienta. Era realmente fascinante cómo este sistema podía describir tan bien a los 9 tipos de personalidad y sus 9 tendencias de comportamiento.

Según el Eneagrama existen 9 tipos de personalidad humana, y cada tipo de personalidad tiene una estrategia global con la que se enfrenta al mundo. Esta estrategia dominante es un conjunto de creencias, tendencias de comportamiento, hábitos, miedos y deseos profundamente arraigados en la psique de cada tipo de personalidad. Es decir, que cada uno de los 9 tipos se esfuerzan por: ser perfecto, estar conectado, destacar, ser único, distanciarse emocionalmente, estar seguro, estar estimulado, ser poderoso o estar en paz. Y esta estrategia o tendencia dominante es la que influye en todas las áreas de la vida de la persona.

La dificultad que tiene el empezar a entender el Eneagrama es el inevitable sesgo de subjetividad que tenemos en la comprensión de nosotros mismos. La mayor dificultad que tenemos las personas a la hora de conocernos a nosotros mismos es el autoengaño, porque no es fácil verse a uno mismo con objetividad.

En el test vas a encontrar frases, creencias, ideas y percepciones que tiene cada tipo de personalidad del Eneagrama. Después de leer cada frase, plantéate si esa frase va contigo o no va contigo. Sé valiente. No es una cuestión de lo que a ti “te gustaría ser” tampoco es lo que a ti “te gustaría creer”, sino de lo que realmente sueles hacer y en lo que sueles enfocarte en tu día a día. Lo importante es que puntúes con la mayor objetividad y honestidad posible. No por tener unas ideas u otras vas a ser mejor o peor persona. Cada uno es como es y no hay nada malo en ello. Lo importante de conocerse es saber de dónde partimos para saber hasta dónde podemos llegar.

Tienes que puntuar en una escala del 0 al 5 cada frase. Un 0 significa que esa creencia, actitud, comportamiento, pensamiento o idea no es para nada propia de ti; por el contrario un 5 significaría que esa frase te describe a ti totalmente.

Si crees que una de las frases no te describe en estos momentos con la edad que tiene, piensa si esa era una actitud tuya cuando tenías 25-30 años. (El motivo es porque alrededor de los 28 años la personalidad suele afianzarse y es el momento donde las personas se cuestionan su identidad: quién soy y adónde voy).

Empieza con el cuestionario 1 y termina con el cuestionario 9 puntuando cada frase en cada línea de la izquierda. En cada cuestionario hay 20 frases. Cuando termines de puntuar todas las frases de un cuestionario, suma las puntuaciones y escribe el resultado total en la casilla que hay abajo. Finalmente ve a la última hoja y escribe el resultado de cada uno los 9 tests.

¡Mucho ánimo, *EneagramaNauta*!

Alberto Peña Chavarino



PUNTUACIÓN

- 0: No, Nunca
- 1: Rara vez
- 2: Alguna vez
- 3: Varias veces
- 4: Generalmente
- 5: Sí, Muy cierto



123963



CUESTIONARIO 1

- _____ “Me sorprendo de que la gente no vea las cosas tan claras como yo las veo.”
- _____ “Me enfada mucho que la gente no se dé cuenta de sus errores. Me cuesta entender por qué no cambian y corrigen su actitud.”
- _____ “Sinceramente, muchas veces pienso que tengo razón. Tengo un fuerte sentido de cómo deberían ser las cosas.”
- _____ “Si cada uno hiciera lo que tiene que hacer este mundo no sería tan imperfecto.”
- _____ “Creo que la gente me considera una persona seria, objetiva, sensata y racional”.
- _____ “No me gusta enfadarme, ¡y mira que me aguanto! pero es que hay cosas que me sacan de quicio. Aunque también es verdad que en público no muestro mi ira”
- _____ “Generalmente he sido una persona disciplinada, bien organizada y puntual”
- _____ “Muchas veces pienso que si las personas llevaran vidas más responsables, sensatas, racionales, precisas y organizadas no se equivocarían tanto.”
- _____ “Me cuesta aceptar a las personas que tienen valores morales tan bajos”
- _____ “No me gusta cometer errores. Me gusta ser preciso y minucioso para asegurarme de que las cosas se hacen correctamente.”
- _____ “La gente confía en mí porque sabe que hago las cosas bien y a tiempo.”
- _____ “He tenido que esforzarme por mantenerme sereno y no perder el control.”
- _____ “Me gusta ser una persona precisa, objetiva y racional. A veces intento explicar a los demás cómo hacen las cosas para que se den cuenta que están equivocándose”
- _____ “Desde niño me di cuenta de que yo veía la realidad de forma mucho más clara que el resto de las personas. Siempre he tenido firmes convicciones y razones sobre los que fundamentar mis puntos de vista.”
- _____ “Aunque por fuera pueda parecer riguroso, serio y frío, en mi interior escondo profundos sentimientos que muchas personas ignoran que tengo.”
- _____ “Reconozco que tiendo a exigirme mucho a mí mismo. A veces he sido demasiado serio y estricto conmigo mismo.”
- _____ “Suelo prever las equivocaciones de las personas. Intento avisarles de lo que les ocurrirá si no siguen mis consejos. Al final, muchas veces tengo razón.”
- _____ “A veces me tildan de severo y rígido. Pero no se puede transigir cuando las cosas se hacen mal. Aunque no se den cuenta ni lo valoren, yo sé que hago lo correcto.”
- _____ “Creo que el amor sincero no depende de las manifestaciones “emocionales”. Obras son amores y no buenas razones.”
- _____ “A veces las personas se molestan por mi costumbre de decirles lo que hay que hacer. Pero yo solo quiero aconsejarles para que lo que hagan, lo hagan bien.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 1



CUESTIONARIO 2

- _____ “Quiero a la gente y me encanta que me quieran. Creo que no hay nada más importante en la vida que el amor y la ayuda a los demás.”
- _____ “Mi interés genuino en los demás me lleva a que comparta sus ilusiones, sus sueños, sus necesidades y sus esperanzas. Me preocupo mucho porque estén bien.
- _____ “Me encanta que las personas se acerquen a mí y me pidan consejo.”
- _____ “Reconozco que me cuesta mucho pedir lo que necesito.”
- _____ “Las personas que me conocen me han valorado por mi generosidad, mi silenciosa fortaleza y mi capacidad de dar amor.”
- _____ “Cuando me implico emocionalmente con alguien me olvido un poco de mí. Es como si estuviera más preocupado por sus necesidades que por las mías.”
- _____ “Intento ser diplomático, sensible y atento a las opiniones de los demás. Nunca critico, ni llevo la contraria, ni juzgo las opiniones de otra persona en público”
- _____ “Suelo saber sintonizar y adaptarme a las personas porque sé ponerme en su lugar, adivino cómo son, qué necesitan y cómo hacer que se sientan bien.”
- _____ “Las personas suelen decirme que se sienten bien conmigo porque sé escuchar y porque les hago sentirse aceptados cuando me comparten su intimidad.”
- _____ “Dedicarme tanto a mis relaciones me ha agotado emocionalmente. Me sorprende cómo cambia mi vida dependiendo de las personas con las que estoy.”
- _____ “Soy una persona acogedora, es muy importante para mí que en mi casa o en una reunión social todo el mundo se sienta cómodo, alegre, bienvenido e integrado”
- _____ “Con frecuencia soy una persona muy sentimental, pero me sorprende cómo a veces me importan mucho los demás, pero otras veces me olvido de ellos...”
- _____ “A veces mis familiares se sorprenden de mis reacciones de rabia cuando siento que no tienen en cuenta mis sentimientos, porque yo sí estoy atento a los suyos”.
- _____ “Suelo ser el paño de lágrimas de todos. Sanador de corazones rotos”
- _____ “Me encanta sentirme conectado y próximo a las personas que me interesan, hablar de nuestra vida personal, compartir emociones y sentir intimidad.”
- _____ “Me gusta dar cumplidos sinceros a los demás, decir lo bueno que tienen las personas y confesar a las personas queridas lo importantes que son para mí.”
- _____ “Me identifico un poco con Teresa de Calcuta o Vicente Ferrer y con la cantante Shakira o Elvis Presley: me gusta ser una persona fuerte, ayudadora y entregada a las personas que quiero pero también tengo un lado sensual, atrevido y seductor”
- _____ “Me molesta ver que los demás no se preocupan por mí tanto como yo de ellos”
- _____ “Me cuesta mucho decir no cuando alguien me pide algo. A veces siento mucha rabia y me arrepiento de no haberme negado. A veces me agoto ayudando tanto.”
- _____ “Me gusta ayudar, creo que es el valor humano más importante. Pero reconozco que no me gusta tanto que me ayuden. Prefiero sentirme independiente.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 2



CUESTIONARIO 3

- _____ “Me considero una persona eficaz y competente. ¡Me gusta trabajar a pleno rendimiento hasta que termino una tarea!”
- _____ “Creo que todas las personas tendrían que esforzarse para sacar su máximo potencial. Yo siempre he buscado la manera de sacar mi máximo rendimiento.”
- _____ “Me gusta causar buena impresión, ¡la imagen es muy importante!”
- _____ “Me gusta que las personas sepan a qué me dedico y conozcan mis éxitos.”
- _____ “Me suelen echar en cara que siempre estoy ocupado. Reconozco que soy un poco “hiperactivo”, ¡pero me encanta vivir la vida al máximo!”
- _____ “Soy una persona orientada a objetivos, me gusta medir los resultados de mis proyectos y sentir que evoluciono y tengo éxitos a nivel personal y profesional.”
- _____ “Aburrimiento es una palabra que no existe en mi vocabulario. No entiendo a los que se aburren, ¡con la cantidad de cosas emocionantes que se pueden hacer!”
- _____ “Me cuesta estar parado, no encuentro sentido a no hacer nada. Me gusta realizarme: proponerme metas y lograrlas. Eso sí que me hace sentir pleno.”
- _____ “En el fondo, siento vergüenza si los demás descubren mis inseguridades. Por eso intento dar siempre una buena impresión y mostrar lo mejor de mí mismo.”
- _____ “En general, me siento satisfecho conmigo mismo. Y tengo una alta autoestima.”
- _____ “Me gusta ser como soy y confío en mí mismo. Aunque pase por malos momentos, logro reponerme rápidamente y lanzarme de lleno a la próxima meta”
- _____ “A veces no sé qué siento, es como que me cuesta conectar con mis sentimientos.”
- _____ “Reconozco que me gusta destacar y que me valoren por lo que hago.”
- _____ “Pienso que lo más importante en la vida es tener éxito, resultados y lograr las metas que uno se propone.”
- _____ “Trabajo muy duro porque creo que los resultados en la vida demuestran el valor de una persona (tener buenos resultados académicos, éxito profesional...”
- _____ “Soy una persona muy motivada y motivadora, siempre intento animar a los demás a que saquen lo mejor de sí mismos, a que evolucionen y se desarrollen.”
- _____ “Me considero una persona competente, capaz de poner las cosas en marcha, capaz de motivar a las personas y capaz de adaptarme a las situaciones.”
- _____ “Suelo esforzarme al máximo por ser el mejor en lo que hago. Es muy importante para mí sentir que tengo éxito en lo que estoy haciendo. No me permito el fracaso.”
- _____ “Por supuesto que me molesta que la gente no reconozca la excelencia con la que hago las cosas. Pienso que soy mejor de lo que la gente cree que soy”.
- _____ “Mi estilo de vida, mis valores y mis objetivos han cambiado varias veces a lo largo de mi vida. Me he “reinventado” a mí mismo ante la adversidad.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 3



CUESTIONARIO 4

- _____ “La gente no suele llegar a la profundidad de sentimientos que yo experimento.”
- _____ “Muchas veces me he preguntado por qué los demás parecen más felices que yo y les va mejor que a mí, si en realidad llevan vidas muy normalitas, casi mediocres.”
- _____ “La vida está para vivir intensas emociones, no soportaría una vida sin poder vivir situaciones que me producen fuertes y profundas sensaciones.”
- _____ “Aunque no tenga nada en contra de ellos, pienso que la mayoría de la gente es vulgar, con poca gracia, sin estilo; por eso solo me relaciono con pocas personas.”
- _____ “Desde siempre he sido una persona individualista, creativa, intensa e intuitiva. Me he sentido siempre especialmente virtuoso en el arte y la imaginación.”
- _____ “Vivo un mundo interior tan cambiante y profundo que he dedicado mucho tiempo a averiguar qué es lo que mis sentimientos tienen que decirme.”
- _____ “No me gusta ni que me manden ni mandar. Odio que me digan lo que tengo que hacer y que otros dirijan mi vida. Me gusta ir a mi bola y hacer lo que yo quiero.”
- _____ “Una vida sin pasión ni fuertes emociones no merece la pena ser vivida.”
- _____ “Cuando he pasado épocas de mi vida deprimido, secretamente he pensado que en última instancia me queda el suicidio como salida para terminar con el dolor.”
- _____ “Me he sentido muy identificado con la princesa del cuento que espera al príncipe azul para que me saque del sufrimiento, el aburrimiento y la mediocridad.”
- _____ “A veces creo que mi universo de emociones es tan grande que solo las personas profundas que tienen intereses artísticos y creativos son capaces de entenderme.”
- _____ “Aunque intento aparentar a los demás que estoy sereno y tranquilo, por dentro vivo un tormento emocional, y sufro mucho por ello.”
- _____ “Me gustaría entenderme a mí mismo: unas veces me encanta como soy, otras veces me avergüenzo de lo que soy. Mi aspiración es realizarme como persona.”
- _____ “Cualquier cosa puede herir mi sensibilidad. Una palabra, un tono de voz o gesto, cualquier mínimo feo detalle puede desencadenar en mi dolorosas emociones.”
- _____ “Desde niño me he sentido una persona especial, única y diferente a los demás.”
- _____ “Reconozco que soy un poco montaña rusa emocional: unas veces estoy arriba y me siento una persona guay, diferente y genial; otras veces caigo abajo y me deprimó pensando que en realidad valgo muy poco, y me siento sin autoestima.”
- _____ “Lo más importante de la vida es realizarse a sí mismo y encontrar el amor.”
- _____ “Me atormenta quedarme tanto tiempo rumiando mis problemas. Me cuesta deshacerme de ellos. ¿Por qué los demás parece que llevan vidas tan fáciles?”
- _____ “Es posible que la mayor parte de mis problemas con los demás provengan de lo susceptible que soy. Me tomo las cosas de manera muy personal.”
- _____ “En mi interior me siento vulnerable, temo mucho el abandono y el rechazo.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 4



CUESTIONARIO 5

- _____ “Siempre he pensado que el conocimiento me dará seguridad. Es necesario saber mucho para estar preparado en este mundo.”
- _____ “No soy un ‘relaciones públicas’. En realidad soy una persona reservada, un poco tímida, y no dejo entrar a muchas personas en mi espacio íntimo y personal.”
- _____ “Me gusta llegar al fondo de las cuestiones. Cuando me pongo a investigar algo, profundizo en ello y estudio cada detalle hasta que siento haberlo entendido todo”
- _____ “No me siento muy fuerte ni poderoso. Más bien, en mi interior me siento pequeño, vulnerable y frágil. Pero sé que soy inteligente y tengo buena intuición”
- _____ “Suelen decirme que debería tener más vida social y llamar más a mis amigos.”
- _____ “Cuando estoy con personas de confianza y el tema de conversación me interesa soy muy hablador. Pero si no, suelo quedarme callado observando.”
- _____ “Me cuesta entablar relaciones de confianza y nunca me he visto con demasiadas habilidades sociales. Rara vez he sido demasiado expresivo emocionalmente.”
- _____ “Creo que es necesario mantener cierta distancia con las emociones y con las personas, me agobio mucho cuando los demás invaden mi tiempo y mi espacio”.
- _____ “Puedo pasar perfectamente mucho tiempo solo. Me encantan mis momentos de soledad y tranquilidad. Creo que el valor de la introspección está menospreciado”
- _____ “Me cuesta abrirme socialmente, pero cuando lo he hecho la gente se ha sorprendido de mi sentido del humor inteligente.”
- _____ “Antes de hablar y opinar sobre algo me gusta estar muy bien informado”.
- _____ “Normalmente he intentado depender de los demás lo menos posible y preservar mi intimidad e independencia emocional.”
- _____ “Siempre he tenido muchas inquietudes intelectuales. Soy un poco investigador. Me gusta cuestionar lo que parecen y lo que verdaderamente son las cosas.”
- _____ “Mi estilo de vida es más bien sobrio y austero. No me gusta malgastar el dinero.”
- _____ “Muchas veces me han dicho que soy solitario, incluso cuando estoy físicamente al lado de las personas a veces sienten que mantengo cierta distancia con ellos”.
- _____ “Me cuesta expresar verbalmente mis sentimientos delante de las personas. Pero cuando estoy a solas puedo conectar con mis sentimientos más profundamente.”
- _____ “Reconozco que a veces no soy todo lo generoso que debería serlo con los demás. Pero en realidad, yo tampoco pido nada a nadie.”
- _____ “Intento evitar demasiados encuentros sociales. Aguanto poco estar rodeado de mucha gente. Prefiero estar solo o con personas que conozco bien.”
- _____ “Ante la presión de los demás me he vuelto un poco huidizo y desapegado. En muchos momentos prefiero habitar en mi propio y pequeño mundo.”
- _____ “Soy una persona muy curiosa, me encanta investigar, aprender y saber muchas cosas. ¡En algunos temas me gustaría ser todo un experto!”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 5



CUESTIONARIO 6

- _____ “Para mí es muy importante ser una persona fiel, comprometida y de confianza.”
- _____ “Suelo ser muy cauto e intento estar preparado ante cualquier problema que pueda suceder. Aunque reconozco que suelo obsesionarme con la seguridad”
- _____ “Para mi la fidelidad es el valor más importante en las relaciones.”
- _____ “He de reconocer que normalmente no he confiado mucho en mí mismo, y ante otras personas a veces doy la impresión de ser inseguro o dubitativo.”
- _____ “Tiendo a demorar la toma de decisiones. A veces dudo y me cuesta un tiempo arrancar hasta que por fin tomo la iniciativa.”
- _____ “He sido una persona prudente, quizás a veces soy escéptico. Tiendo a analizar mucho los futuros problemas que puede acarrear una decisión”
- _____ “Me cuesta mucho vivir tranquilo, en paz y sin preocupaciones. Me cuesta relajarme incluso cuando no hay problemas. Vivo en estado de alerta constante”
- _____ “Me siento bien haciendo lo que se espera de mí. Soy una persona de confianza”
- _____ “Soy más eficaz y me siento mejor cuando hago cosas para los demás que para mí mismo. Soy muy buen colaborador y ayudador con las personas a las que aprecio”
- _____ “Soy una persona muy simpática y amable. Pero reconozco que cuando me enfado tengo explosiones que, aunque duran poco tiempo, dejo a los demás sorprendidos
- _____ “Cuando siento que alguien ataca mis creencias o me hace sentir inseguro, suelo ponerme a la defensiva, me vuelvo discutidor y a veces un poco agresivo.”
- _____ “Me esfuerzo por ser una persona responsable, trabajadora y comprometida con mi gente: mis amigos, mi familia y mi entorno social.”
- _____ “Muchas veces he temido sentirme solo y abandonado ante el futuro.”
- _____ “Estoy siempre alerta ante el peligro. Es como si estuviera en permanente preocupación por los posibles problemas que pudieran suceder.”
- _____ “Me encantaría que existiera un manual de reglas correctas, buenas normas, pautas claras y métodos específicos para saber hacerlo todo bien.”
- _____ “Tengo mucho cargo de conciencia si no cumplo mi palabra dada hacia la gente que estimo, y también si fallo en el compromiso con mis obligaciones sociales.”
- _____ “Me gusta tener a mi alrededor un entorno seguro. Cuando tengo que tomar decisiones sobre el futuro pienso mucho porque quiero saber lo que va a suceder”
- _____ “La lealtad y el sentido del deber son los valores sociales más importantes.”
- _____ “Creo que me “rayo” mucho y le doy muchas vueltas a las cosas. Ansiedad podría ser mi segundo apellido, pienso mucho en los posibles problemas del futuro”
- _____ “Puedo pasar de ser muy escéptico –no fiarme de lo que dice la gente– a muy inocente –a dejarme engañar totalmente por algo–. Es muy extraño.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 6



CUESTIONARIO 7

- _____ “Generalmente la gente me ve como una persona alegre, optimista y entusiasta, que me disperso yendo de un lado a otro; pero esa es la imagen superficial que doy, porque por dentro también sufro y me siento muy responsable de los demás”
- _____ “Me agobia tener que hacer cosas que no me gustan porque tengo mucha curiosidad, ¡hay tantas cosas por hacer y tan poco tiempo para vivirlo todo!”
- _____ “Mi mente siempre está activa. Suelo pensar y hacer varias cosas a la vez. Suelo pasar de hacer una tarea a otra. Raramente mi mente está quieta sin hacer nada.”
- _____ “Cuando pienso en el futuro muchas veces no veo claro qué va a pasar. No quiero equivocarme porque sufro cuando me siento atrapado en algo que no he elegido”
- _____ ”Generalmente las personas me caen bien y suelo pensar bien de los demás.”
- _____ “Odio sentirme atrapado entre tener que elegir hacer lo que yo quiero o hacer lo que quieren los demás de mí. Siento mucho cargo de conciencia porque quiero que todos estén bien; pero también siento agobio y rabia porque quiero ser libre, tener mi independencia y tomar mis propias decisiones. No soporto que me vigilen, me manden ni que me dirijan”.
- _____ “Me encanta viajar, descubrir nuevos lugares, conocer nuevas personas, probar nuevos sabores y vivir distintas experiencias”.
- _____ “Me da mucha pena ver personas tristes o desmotivadas, intento que se alegren un poco y que vean el lado bueno de las cosas. Me afecta mucho el ánimo de los demás”
- _____ “Me encanta crear nuevas ideas, y entusiasmar con mis planes a los demás.”
- _____ “Generalmente los demás me consideran una persona extrovertida y abierta, aunque esa es mi cara social, porque yo por dentro siento que en realidad soy más tímido, me reservo para mí mis problemas y no suelo hablar de mis intimidades”
- _____ “No me gusta que me coarten mi libertad ni mi independencia. Necesito que me dejen mi espacio. No me gusta que me juzguen ni que tomen decisiones por mí”
- _____ “Mi mente no para de pensar y de estar activa, ¡a veces es un torbellino! Puedo estar pensando 10 cosas diferentes al mismo tiempo.”
- _____ “¡Me encanta imaginar lo que voy a hacer en los próximos días! Aunque me gusta ver espacios libres en la agenda siempre acabo llenándola de cosas por hacer”
- _____ “Muchas veces me han dicho que soy distraído y que me disperso con facilidad. Pero la realidad es que mi mente está pensando y haciendo varias cosas a la vez”
- _____ “Durante mi vida he empezado muchas actividades diferentes, pero una vez terminada una cosa paso a hacer otra porque siento que ya no hay nada más interesante que descubrir. Me encanta crear ideas e iniciar proyectos nuevos”
- _____ “He tendido a gastar más dinero del que probablemente debería... Aunque tengo mucho cuidado de no quedarme en números rojos. Me da miedo no tener dinero.”
- _____ “Me encanta estar con gente pero quiero sentirme independiente. No soporto que los demás planifiquen mi vida, me den órdenes o hagan planes sin consultarme.”
- _____ “Tengo muchos planes de futuro pero no me visualizo dónde voy a estar dentro de 10 años. Prefiero tener abiertas las opciones y poder elegir hacia dónde quiero ir”
- _____ “Por fuera puedo parecer una persona dispersa y un “*viva la virgen*”, pero también tengo un lado serio: me gusta hacer las cosas bien y tengo un alto sentido de la moralidad, la justicia, el compromiso verdadero y la responsabilidad.”
- _____ “¡Me interesa casi todo y me encanta aprender sobre muchos temas diferentes!”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 7



CUESTIONARIO 8

- _____ “Me considero una persona fuerte y justa. En muchas ocasiones otras personas han dependido de mi fortaleza y de mi capacidad de decisión y acción.”
- _____ “Cuando he tenido que enfrentarme con alguien, reconozco que con frecuencia he sido demasiado directo y duro. A veces tengo que contener mi agresividad.”
- _____ “Aunque por fuera suele dar una imagen de persona dura y firme, en mi interior tengo un lado tierno, e incluso sensible y sentimental que no suelo mostrar.”
- _____ “Desde niño he sido una persona que se ha fortalecido y se ha hecho a sí misma.”
- _____ “Creo que lo más importante en la vida es confiar en uno mismo. Generalmente, he confiado solo en mí mismo.”
- _____ “A veces tiendo a ser dominante, controlador y exigente. A veces esto me ha ocasionado problemas con la gente. Me echan en cara que “mando” demasiado.”
- _____ “Nunca he agachado la cabeza ante una situación conflictiva con otra persona.”
- _____ “Cuando las situaciones se han puesto ‘calientes’ me he lanzado a afrontarlas directamente, aunque sea haciéndolo yo solo.”
- _____ “A veces he irritado y he hecho llorar a los demás por ser demasiado agresivo.”
- _____ “Me gusta cuidar de ‘mi gente’, cuando quiero a las personas siento la necesidad de protegerles y de procurar que estén bien.”
- _____ “No me callo la boca. Cuando me he enfadado se lo digo a la cara a la gente.”
- _____ “Desde siempre he sentido la necesidad de ser un “pilar de fortaleza y valor”, he tenido que ayudar a personas a salir de sus problemas.”
- _____ “Es importante hacerse respetar. Aunque me gustaría ser más amable, muchas veces tengo que mostrar un “perfil duro” y que “no estoy para tonterías”.
- _____ “No me han dado miedo las situaciones difíciles. Incluso me han gustado las situaciones de alta tensión. Soy una persona que siempre ha tirado hacia delante.”
- _____ “No siento ninguna compasión por los cobardes ni por los débiles de carácter. Pero sí siento necesidad de luchar por proteger a los inocentes, niños y ancianos”
- _____ “Tengo una fuerte voluntad. Pocas cosas me dan miedo y me echan para atrás.”
- _____ “Una de las cosas que me hace sentir más orgulloso es ver valerse por su cuenta a una persona que ha estado bajo mi protección.”
- _____ “Me ha gustado siempre ese lado mío desafiador, saco a las personas de su comodidad para que lleguen a hacer todo lo que son capaces de hacer.”
- _____ “Hay momentos en los que vivo violentos estallidos de cólera, pero se me pasan al poco tiempo.”
- _____ “Me gusta sentirme vivo cuando hago algo que otros creen difícil o imposible. Me gusta sentir que controlo mi vida y mi mundo, y que nada ni nadie me limite.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 8



CUESTIONARIO 9

- _____ “Me considero una persona pacífica. Creo que es importante mantener la calma, la estabilidad y la paz mental. No me gustan los conflictos.”
- _____ “Me gusta que las cosas sigan como están, sigan el orden que existe. No soporto el caos, el estrés y la hiperactividad.”
- _____ “Mi frases de vida podrían ser perfectamente: ‘paz y amor’, ‘vive y deja vivir’”.
- _____ “A lo largo de mi vida he sido una persona estable y tranquila, con una suave corriente de energía en mi interior.”
- _____ “Me veo a mi mismo como una persona optimista, alegre y despreocupada.”
- _____ “Me sorprende que la gente se centre tanto en lo negativo y se preocupe tanto por los problemas cuando hay tantas cosas bonitas en la vida.”
- _____ “Me gusta llevarme bien con los demás. Prefiero no imponerme a la gente y me siento cómodo si otra persona toma el mando y se hace cargo de la situación.”
- _____ “Siempre he tendido a pensar que las cosas al final saldrán bien.”
- _____ “No me gusta presionar ni sentirme presionado por nadie. Las cosas pueden hacerse más tranquilamente.”
- _____ “Normalmente he evitado las situaciones difíciles, de alta tensión, donde los ánimos están por las nubes. Prefiero desaparecer hasta que pase la tormenta.”
- _____ “En ocasiones me han echado en cara que soy demasiado tranquilo y pasivo.”
- _____ “Creo que funciono por inercias: cuando trabajo, trabajo mucho y cuando estoy descansando, se me pasa el tiempo sin enterarme. Me cuesta cambiar de estado.”
- _____ “Generalmente es difícil hacerme enfadar. Creo que tengo mucha paciencia.”
- _____ “Suelo postergar las cosas casi hasta el último minuto, pero al final casi siempre las llevo a cabo. Me gusta trabajar a mi ritmo, voy sin prisa, pero sin pausa.”
- _____ “Me dicen que soy bastante testarudo, pero es que no soporto cuando alguien me intenta controlar y me dice lo que tengo que hacer y no hacer.”
- _____ “Me gusta tener relaciones estables, tranquilas, buenas, armoniosas con los demás. Me gusta estar con mi pareja y mis amigos. Me siento muy unido a todos.”
- _____ “Me gusta escuchar a las personas. Ellas saben que yo estoy ahí siempre para escucharles y ofrecerles todo mi apoyo. Sienten que les transmito paz y armonía.”
- _____ “Me gusta saber que voy a tener tiempo para relajarme todos los días, tener mis tiempos de calma y entretenimiento.”
- _____ “He de reconocer que se me pasa el tiempo sin enterarme. Si no dispongo de un horario y una rutina diaria puedo pasar el día sin haber hecho nada productivo.”
- _____ “Cuando vivo o trabajo con otras personas me cuesta determinar exactamente lo que quiero. Me resulta complicado tomar decisiones, veo muchos pros y contras.”



= PUNTUACIÓN TOTAL DEL CUESTIONARIO 9

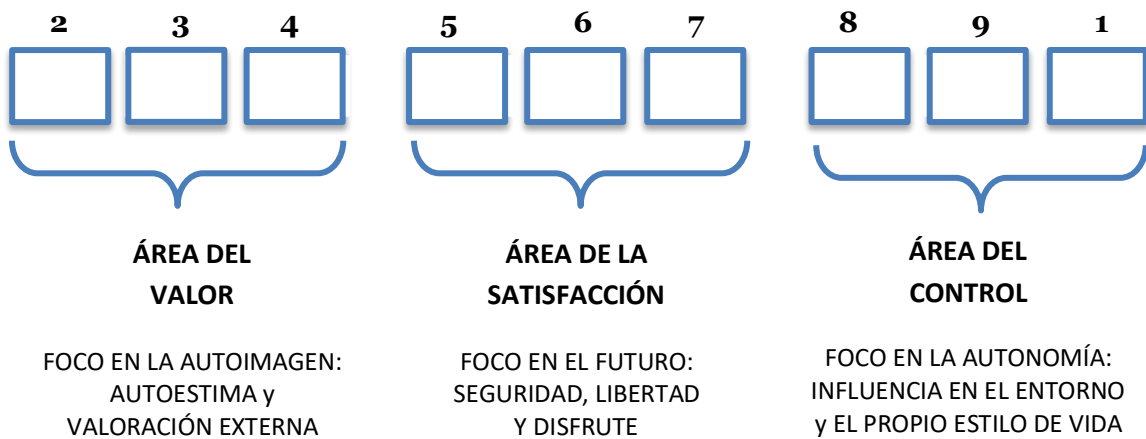


PUNTUACIÓN TOTAL

A continuación, escribe la puntuación que has obtenido en cada cuestionario en la casilla correspondiente a cada número. Los números de puntuación más alta son un indicativo de las estrategias cognitivas o sistemas de creencias que sesgan o filtran tu atención, y por ende, crean tu eneatispo o personalidad del Eneagrama. Cada una de estas 9 estrategias se engloban en 3 grupos por los patrones que comparten entre sí.

Los resultados de este test deben ser para ti meramente orientativos, es decir, no has de considerarlo como un diagnóstico definitivo de tu “eneatispo”. El motivo es porque ningún test de personalidad hecho por uno mismo es objetivo al 100% debido a los sesgos cognitivos con los que filtramos subjetivamente la comprensión de nuestra realidad. Así pues, te animamos a que consideres los resultados del test con prudencia y pidas asesoramiento a expertos en Eneagrama y Psicología de la Personalidad.

En la sesión de autoconocimiento o en el curso analizaremos los resultados de tu test y junto a tu estudio morfopsicológico te explicaremos las tendencias de tu personalidad, tanto a nivel psicológico (cognitivo) como biológico (temperamental).



EXPERTO EN ENEAGRAMA



*Programa de Autoconocimiento
Liderazgo y Coaching Personal*

Diseñado por Alberto Peña Chavarino



ESPAÑA
International
Enneagram Association



INMERSIÓN AL ENEAGRAMA

CURSO DE
AUTOCONOCIMIENTO

*“Conócete a ti mismo
con el Eneagrama”*

*“Aprende a identificar a los
9 tipos de personalidad,
sus creencias, sus 3
instintos, capacidades,
miedos, deseos, talentos
y virtudes innatas”*



MORFOPSILOGÍA Y ENEAGRAMA

CURSO DE
PSICOLOGÍA FACIAL

*“¡Conoce a las personas
por la cara!”*

*“Aprende a identificar a
los 27 subtipos según la
morfología de sus rasgos
faciales ¡y así reconocer
a las personas al primer
vistazo!”*



COACHING CON ENEAGRAMA

CURSO DE
DESARROLLO PERSONAL

*“Capitanea mejor tu vida
con el Eneagrama”*

*“Cómo ayudar a los 9
tipos a cambiar, a sacar
lo mejor de sí mismas
y a orientarse con
claridad en su vida
y su carrera ”*



INTELIGENCIA COMUNICATIVA

CURSO DE PNL
y RELACIONES

*“Comunicate con eficacia
con el Eneagrama”*

*“Cómo comunicarte y
relacionarte eficazmente
con cada uno de los 9
tipos de personalidad a
través de la Programación
Neurolingüística (PNL)”*



Instituto de
Coaching
Personal

☎ 678046154 (whatsapp)
@ www.ExpertoEnEneagrama.com
info@ExpertoEnEneagrama.com

