

CARÁCTER BÁSICO N°1	SÍ	NO
1. Me considero bastante comedido a la hora de usar el dinero.		
2. Usualmente me molesta que las cosas no marchen como yo creo que debieran.		
3. Con frecuencia me enfado conmigo mismo por saber qué puedo hacer las cosas mejor de cómo las hago.		
4. A menudo doy más importancia a un pequeño error que al trabajo en su conjunto.		
5. Empleo excesivo esfuerzo y tiempo en corregir mis faltas.		
6. Normalmente, me cuesta encontrar tiempo para relajarme y pocas tengo espacio para la diversión y la alegría.		
7. Con frecuencia me comporto de forma autocrítica y percibo la crítica de los demás.		
8. Me preocupo de las cosas en mayor medida que los demás.		
9. La honradez para mí es una virtud esencial.		
10. Siento que a menudo me comporto de forma pulcra y puritana.		
11. Actuar de forma adecuada y correcta es básico en mi vida cotidiana.		
12. A menudo siento que la labor por realizar es mayor que el tiempo que tengo para llevarla a cabo.		
13. Empleo mi tiempo con toda la responsabilidad y dedicación que puedo.		
14. A menudo veo todo en términos de correcto o equivocado, bueno o malo, blanco o negro.		
15. Para mí es fácil ser y comportarme como una persona escrupulosa en el detalle.		
16. Me son afines las causas que promueven la justicia y evitan la amoralidad y falta de ética.		
17. Internamente me molesta y disgusta que las cosas se realicen de forma incorrecta o indebida.		
18. Generalmente, me siento arrastrado a buscar el perfeccionamiento propio y ajeno en todo lo que llevo a cabo.		
19. Tengo la creencia de que debo ser bueno para que los demás me acepten, me amen y/o me aprueben.		
20. Mi mayor frustración es observar que nadie es como debiera		

FICHA ENEATIPO 1

Los UNO **evitan la ira**. Aunque perciben con claridad lo que les molesta o trastorna, les resulta muy importante no airarse ni expresar cólera frente a otros. Están muy ocupados en ser *perfectos* y en hacer las cosas bien. Por eso, están dispuestos a trabajar mucho preparando sus tareas, limpiando la casa, etc. Les contrarían las cosas mal hechas, ya se deba a ellos o a los demás.

Características Positivas de Personalidad

- Etico - Honesto
- Confiable - Ordenado
- Productivo - Autodisciplinado
- Sabio - Juega limpio
- Idealista

Sombra

- Inflexible - Controlador
- Dogmático - Ansioso
- Obsesivo-compulsivo - Celoso
- Serio

Pautas para el Desarrollo Personal

Autonutrirse. Para ello podría:

- Acentuar la importancia del humor en su vida, cosa complicada pues son personas muy serias.
- Dedicar tiempo a la meditación, yoga, masaje.
- Realizar excursiones programadas.

El E1 no se trata a sí mismo con cariño. De pequeños han interiorizado normas de mucha responsabilidad y no han exteriorizado su rabia.

- Pueden darse un premio a sí mismos para romper la cadena de perfeccionismo.
- Debería reconocer y trabajar con la rabia.
- En el área del trabajo son personas muy autoexigentes.
- En las relaciones son poco generosos para animar a los demás.

CARÁCTER BÁSICO N°2	SÍ	NO
1. Lo que he hecho por algunas personas creo que me convierte en alguien muy importante y prioritario para ellos.		
2. A menudo hay personas que requieren de mi compañía y consejo.		
3. El sentir que soy importante para otros, me gusta y enorgullece.		
4. Mi ayuda y generosidad es muy importante para muchas personas.		
5. A veces siento que los demás no valoran realmente la ayuda que les doy.		
6. Soy capaz de crear un clima de confianza, proximidad y acercamiento con las personas que me relaciono.		
7. El servicio a los demás es una gran motivación en mi vida.		
8. Con regularidad, dedico parte de mi vida a los problemas de otras personas.		
9. Me siento bien ayudando a las personas a salir de situaciones embarazosas y problemáticas.		
10. A veces sin que me lo pidan, ayudo enérgicamente a otras personas.		
11. Siento muchas veces la dependencia de otros respecto de mí como una sobrecarga.		
12. Habitualmente suelo olvidarme de mis propias necesidades.		
13. Siento que me preocupo y relaciono más con mis amigos de lo que ellos lo hacen conmigo		
14. A veces me parece que los otros me utilizan según sus deseos y prioridades sin tener en cuenta las mías.		
15. Mi ayuda sobre todo está enfocada a resolver los problemas y conflictos emocionales.		
16. Sentirme cercano a los demás me hace estar bien.		
17. Disfruto cuidando a los demás.		
18. El tiempo que tengo libre casi siempre lo empleo en ayudar y beneficiar a otros.		
19. Amar y ser amado es fundamental en mi vida.		
20. Poseo grandes dotes para la educación.		

FICHA ENEATIPO 2

Los DOS evitan reconocer que tienen *necesidades*. Ven rápidamente las necesidades de los otros y se preocupan por descubrir las que tienen los demás. Se enorgullecen de ser *serviciales*, en especial con quien tengan alguna relación privilegiada. Cuando se inspeccionan a sí mismos, no admiten necesitar ayuda de nadie, ni tener necesidades propias a las que atender. Para ellos es importante no admitir sus necesidades.

Características Positivas de Personalidad

- Motivación a ser necesitado, amado y valorado
- Cuidadoso - Entusiasta
- Amoroso - Atento a cómo se sienten los demás
- Adaptable - Intuitivo con las emociones

Sombra

- Manipulativo - Histérico
- Indirecto - Introverso, se acomoda
- Posesivo - Extroverso, pone pegas
- Mártir

Pautas para el Desarrollo Personal

- Desarrollar su autoestima.
- Necesidad de actividades gratificantes en solitario.
- Promover la asertividad.
- En el terreno de las relaciones, deberían ser ellos mismos y no lo que los demás esperan que sean.
- Deberían reducir la interdependencia: no rescatar a tanta gente, dejar que los otros sean responsables de sus acciones.
- En lo relativo al trabajo deberían ponerse ciertos límites.

CARÁCTER BÁSICO N°3	SÍ	NO
1. Me considero una persona de acción.		
2. Me agrada colaborar con otros en equipo y ser eficiente en el grupo.		
3. Es importante para mi actuar con precisión y profesionalidad.		
4. Me considero un gran organizador supervisando el proceso de las cosas desde su principio hasta su final.		
5. El éxito significa mucho para mi.		
6. Para mi es importante conocer en cada momento cuales son mis objetivos y cuanto me falta para cumplirlos.		
7. Me gustan todos los gráficos, esquemas e indicadores que muestren cómo actúo.		
8. Mi capacidad de hacer muchas cosas a la vez es admirada por otros.		
9. Me gusta hacer llegar a los demás una imagen de persona triunfadora.		
10. Para mí, no es problema tomar decisiones.		
11. Para lograr el éxito, a veces hay que poner entre paréntesis las propias normas.		
12. Cuando miro mi pasado, suelo recordar más lo que hice bien que lo que hice mal.		
13. Odio que me digan que no marcha bien algo que estoy haciendo.		
14. En general, prefiero estar implicado en el desarrollo de una operación que observar cómo marcha.		
15. Me desenvuelvo bien como asesor de un proyecto.		
16. Me identifico tanto con mi trabajo o rol que me olvido de quién soy.		
17. Creo que las apariencias son importantes.		
18. Creo que necesito lograr muchas cosas para que los demás me aprecien.		
19. Tiendo a ser una persona asertiva y consecuidora.		
20. Las primeras impresiones son muy importantes.		

FICHA ENEATIPO 3

Los TRES evitan el *fracaso*. Hay algo que siempre les impulsa a trabajar en pos del *éxito*. Su personalidad se identifica con el éxito que logran. En consecuencia, tratan de evitar los fracasos de cualquier tipo, aun con un coste grande para sí mismos y para los demás.

Características Positivas de Personalidad

- Optimista - Autopropulsado
- Eficiente - Narcisista
- Energético - Autoimagen
- Práctico

Sombra

- Pretencioso - Vindicativo
- Vano - Competitivo
- Superficial - Narcisista

Pautas para el Desarrollo Personal

- Potenciar la relajación, utilizar técnicas de reducción del stress.
- En el trabajo, debería reconocer las contribuciones de los otros a su trabajo.
- En las relaciones normalmente no escuchan a los otros, se basan en la imagen.
- En cuanto a los sentimientos, existe una diferencia entre los sentimientos que muestran y los que realmente sienten.

CARÁCTER BÁSICO N°4	SÍ	NO
1. Muy a menudo siento una profunda nostalgia del pasado.		
2. Todo lo simbólico me fascina y atrae.		
3. Es poco frecuente encontrar personas de sentimientos tan profundos como los míos.		
4. Me esfuerzo en dar una imagen desenfadada y natural.		
5. En general, pienso que a la gente le es difícil apreciar la belleza de la vida.		
6. Mis sentimientos suelen ser incomprensibles para los demás.		
7. Cuando hago algo, me gusta hacerlo bien, cuidando los detalles.		
8. Crear y moverme en ambientes agradables es importante para mi.		
9. Me entusiasma el teatro y a veces me encuentro fantaseando con que soy un actor/actriz más.		
10. La clase, las buenas maneras y el buen gusto son básicos para mi.		
11. Me gusta pensar en mi como alguien especial y único.		
12. Suelo identificarme tanto con los sentimientos de las personas que me rodean que a veces me olvido del verdadero sentido de los míos.		
13. Todo lo relaciono con el malestar, el abandono y la pérdida y la muerte suele ocupar mis pensamientos.		
14. A veces me preocupa el que la expresión de mis sentimientos sea menos intensa que el propio sentir.		
15. Me parece que soy excesivamente vulnerable al comportamiento y a los sentimientos ajenos.		
16. Suelo sentirme muy afectado cuando una relación íntima y personal se rompe.		
17. A veces me encuentro envidiando al otro por tener la fuerza que a mi me falta.		
18. Cualquier forma de expresión artística (poesía, pintura,..) la utilizo como forma de canalizar y expresar mis sentimientos y creatividad.		
19. La gente suele tacharme de ser bastante tragicómico, sonriendo a través del llanto.		
20. A menudo defino mi personalidad como cambiante y ciclotímica: hora estoy eufórico, hora estoy triste; si permanezco estable siento que me falta algo.		

FICHA ENEATIPO 4

Los CUATRO evitan la **mediocridad**. Para ellos es muy importante ser *especiales*. Se experimentan a sí mismos como personas refinadas y de gran sensibilidad; de ningún modo como simples personas corrientes. Se inclinan a pensar que los demás no les entienden por la *singularidad* de los sentimientos que experimentan, en especial los relacionados con la tristeza e incluso tragedia de sus vidas.

Características Positivas de Personalidad

- Cálido - Creativo
- Compasivo - Refinado
- Expresivo - Apoyador
- Original - Introspectivo
- Necesita experimentar sentimientos

Sombra

- Depresivo - Incapaz de sentir a los otros
- Moralista - Melancólico
- Autoabsolvido

Pautas para el Desarrollo Personal

- Trabajar la autoestima y vivir el presente.
- En las relaciones, tener una red de amigos amplia.
- En lo relativo a sentimientos, cultivar al observador de sí mismo, verse desde fuera.
- Evitar la depresión: ejercicio físico, dormir y comer bien.
- Sería útil que hiciera una lista de las cosas buenas que ha hecho en la vida.

CARÁCTER BÁSICO N°5	SÍ	NO
1. Me cuesta expresar mis sentimientos y suelo almacenarlos en mi interior.		
2. Suelo bastarme conmigo mismo y lo que tengo para vivir sin necesitar a nadie.		
3. En reuniones que considero superficiales nunca sé que decir, ni cómo comportarme.		
4. En el terreno del pensamiento utilizo muy a menudo la observación y la objetividad, procurando reunir ideas diferentes.		
5. Me siento seguro si ante situaciones novedosas tengo la posibilidad de mentalizarme previamente, sin dar lugar a las sorpresas.		
6. Siento una gran necesidad existencial de retirarme y poseer una esfera privada donde nadie me moleste.		
7. Prefiero mantenerme en un segundo plano, dejando la iniciativa a otros.		
8. Me siento más cómodo observando que comenzando nuevas acciones y/o relaciones.		
9. Me suelen definir como solitario y distante		
10. A menudo mi comportamiento es más parco y frío en palabras que el de la mayoría; en esos momentos la gente suele preguntarse lo que pienso.		
11. Me resulta difícil conectarme con mis sentimientos y necesidades de afecto.		
12. Ante situaciones conflictivas y embarazosas, prefiero retirarme y analizar el problema, antes de afrontarlo.		
13. Los problemas se resuelven de forma objetiva y empleando la cabeza.		
14. Las observaciones globales y precisas unido al conocimiento ya adquirido me ayudan a orientarme en la vida y me protegen del entorno.		
15. Si pienso mucho en alguien, puedo sentirme unido a esa persona.		
16. Tengo tendencia a ser bastante avaro con mi tiempo, mi persona y mis bienes.		
17. Suelo manifestar mi enfado con mucho sarcasmo e ironía.		
18. A menudo desaparezo durante horas para dedicarme a lo que me interesa.		
19. Mi tono de voz es dulce, tranquilo y relajante. Cuando me piden que hable más alto suelo enfadarme.		
20. Siento una gran necesidad de saber más, pudiendo estar días y días estudiando e investigando, sin querer compartirlo con los demás.		

FICHA ENEATIPO 5

Los CINCO evitan el **vacío**. Se preocupan de aumentar su *almacén de conocimientos*, que tratan de adquirir con su propio esfuerzo. Sienten una profunda necesidad de saber más, de lo que nunca dirán nada a los demás, como si el hecho de compartir algo los dejase sin nada. Les parece muy importante no dejarse involucrar en hechos sociales que les resulten aburridos, es decir, que no les ayuden a aprender algo. .

Características Positivas de Personalidad

- Analítico - Objetivo
- Perseverante - Perceptivo
- Sabio - Autocontenido

Sombra

- Distante - Cabezota
- Negativo - Hiper crítico con los otros
- Inseguro - Intelectualmente arrogante

Pautas para el Desarrollo Personal

- Debería animarse a pasar de la idea a la realidad.
- En lo referente a las relaciones, potenciar la capacidad de pedir lo que quiere en un grupo y sentirse con la libertad de hablar o no hablar en el grupo.

CARÁCTER BÁSICO N°6	SÍ	NO
1. A menudo me siento dudos@, insegur@ y con poca autoconfianza.		
2. Con las figuras de autoridad y en grupo mi comportamiento es muy leal.		
3. Me lo pienso mucho y obtengo información adicional antes de afrontar un conflicto o tomar una decisión.		
4. Cuando digo, o hago algo, suelo tenerlo muy bien pensado y considerado en toda su amplitud.		
5. Me preocupo por cumplir las normas y las reglas, especialmente las fijadas por la autoridad y constatadas por escrito.		
6. Suelo ser una persona amable y que me adapto a las situaciones.		
7. A menudo pienso que me falta valor y coraje para superar la vida con éxito.		
8. Habitualmente prefiero que sean otros los que lleven la pauta de actuación.		
9. Considero que las leyes ayudan a tener claro lo que hay que hacer.		
10. El sentido del deber y la responsabilidad son valores que utilizo cotidianamente.		
11. Suelo ser muy estrict@ a la hora de actuar según lo establecido para que todo funcione como es debido.		
12. Cuando me siento insegur@ suelo actuar con desconfianza, viendo fantasmas donde no los hay.		
13. Suelo ser capaz de captar las contradicciones, siendo muy sensible a ellas.		
14. La mayoría me dice que tengo un gran sentido del humor.		
15. Me siento segur@ ante una situación predecible y que tenga establecido un orden.		
16. Permanezco fiel y al lado de los amigos. Aún en los tiempos difíciles.		
17. Me es difícil sentirme segur@ y acogid@; por otro lado, sin embargo, cuando lo logro puedo abrirme y confiar totalmente.		
18. Puedo definirme a mi mismo como prudente y moderado.		
19. Suelo emplear dos formas para afrontar mis miedos; huyo o ataco.		
20. A menudo suelo imaginarme como un 'héroe/ína' que resuelve y enfrenta determinados asuntos.		

FICHA ENEATIPO 6

Los SEIS evitan la **transgresión**. Consideran que la vida está regida por leyes, reglas y normas. Aparte de la **responsabilidad** ante las exigencias que la vida les plantea, tratan de evitar el incumplimiento de sus obligaciones. Se preocupan por la observancia de todas las reglas, en especial de las dictadas por personas investidas de autoridad o de las fijadas por escrito. Contemplan esta actitud en términos de **lealtad** al grupo o grupos a los que pertenezcan.

Características Positivas de Personalidad

- Leal - Listo
- Se hace querer - Práctico
- Cálido - Ayudador
- Compasivo - Responsable

Sombra

- Hipervigilante - Impredictible
- Defensivo - Rígido
- Paranoide - Autosaboteador
- Controlador - Comprobador

Pautas para el Desarrollo Personal

- Aumentar la autoconfianza.
- Debería creerse las cosas positivas que le dicen.
- En las relaciones, poner sentido del humor sobre su hipervigilancia.
- En el trabajo, reconocerse como trabajadores fuertes.
- Cuando son ansiosos y con miedos, deberían observar sus miedos como en una película.

CARÁCTER BÁSICO N°7	SÍ	NO
1. Suelo ser más confiado y optimista con respecto a los demás y su forma de actuar.		
2. Suelo disfrutar y divertirme con todo lo que me rodea.		
3. De todas las opciones que hay en la vida suelo elegir las positivas y buenas.		
4. Me gusta que quienes me rodean tengan metas tan alegres y optimistas como las mías.		
5. Procuero que los demás me vena siempre contento y con actitud desenfadada.		
6. Presto más atención a los aspectos positivos de la vida y las situaciones desagradables las olvido rápidamente.		
7. Los conflictos y las situaciones desagradables las olvido rápidamente.		
8. Me gustan los acontecimientos sociales donde pueda divertirme y contar relatos.		
9. Me cuesta aceptar la autoridad y que me digan lo que tengo que hacer.		
10. Procuero evitar los enfrentamientos directos, ignorando la norma que vaya en contra de mi propio bienestar.		
11. Suelo evitar los trabajos rutinarios y aburridos.		
12. A menudo me imagino eventos bonitos y felices en el futuro y esto me hace sentir bien.		
13. Me cuesta vivir en ambientes tristes y deprimidos.		
14. Soy capaz de apoyar y animar a los amigos en situaciones difíciles, haciéndoles ver lo bueno de la vida.		
15. Procuero saciar todos mis deseos donde pueda.		
16. Me gusta rodearme de mucha gente y sentirme el centro de atención.		
17. A veces suelo decir lo que pasa por mi cabeza.		
18. Procuero evitar el profundizar en los problemas graves, saltando de una cosa a otra sin centrarme en una sola.		
19. En cuanto aparecen dificultades e incomodidades en el desarrollo de lo que había pensado hacer, lo dejo de realizar.		
20. Desde pequeño he aprendido a ser feliz.		

FICHA ENEATIPO 7

Los SIETE evitan el *dolor*. Son optimistas y *amantes de la alegría*. Para ellos la vida no debe experimentarse como dolorosa. Evitan saber acontecimientos dolorosos o trastornos en las vidas de los que les rodean. A menudo dejan de hacer lo que habían pensado por las dificultades e incomodidades que supone su ejecución.

Características Positivas de Personalidad

- Espontáneo - Encantador
- Imaginativo - Curioso
- Entusiasta - Divertido
- Confiado - Rapidez mental

Sombra

- Indisciplinado - Autodestructivo
- Maníaco - Impulsivo
- Incapaz de parar - Descentrado

Pautas para el Desarrollo Personal

- Necesita cuidar su salud, disminuir el stress, aprender a escuchar más a las personas con las que viven.
- En lo relativo al trabajo, debería buscar uno en el que puedan poner sus ideales en acción.

CARÁCTER BÁSICO N°8	SÍ	NO
1. Suelo tomar la iniciativa cuando quiero algo y me mantengo en la lucha por conseguirlo.		
2. Me percibo a mi mismo como una persona fuerte y justa, capaz de ayudar a los débiles.		
3. Soy capaz de captar los puntos débiles de los demás y utilizarlos si me siento atacado.		
4. Me gusta ser visto e importante para los demás.		
5. Me es fácil defender mis derechos y expresar mi malestar e insatisfacción.		
6. Me siento a gusto en el papel de líder o jefe.		
7. Me considero una persona agresiva y asertiva.		
8. Suelo percibir la vida como una lucha por lo correcto, por lo justo.		
9. Me cuido mucho de no aparecer ante los demás como alguien débil.		
10. Suelo ejercer un poder proteccionista con quienes están bajo mi mando.		
11. Suelo tener mucha energía y me gusta moverme para no aburrirme.		
12. Suelo tener dificultades para expresar mi lado cariñoso, sensible y tierno.		
13. Algunos me tachan de inconformista e individualista		
14. A menudo disfruto con las situaciones estimulantes y arriesgadas, donde pueda demostrar mi fuerza y habilidad.		
15. Disfruto participando en enfrentamientos y duras discusiones.		
16. Mi seguridad y gran confianza personal es tomada por los demás como arrogancia y prepotencia.		
17. Suelo trabajar mucho y se cómo conseguir las cosas.		
18. Me gusta poner en claro las cosas con los demás.		
19. En general, no suelo dedicar mucho tiempo a la interiorización y la introspección, prefiero ceñirme a los hechos.		
20. Considero que cada uno de nosotros se crea su propio camino.		

FICHA ENEATIPO 8

Los OCHO evitan la **debilidad**. Se glorían de ser personas *fuertes*. Perciben la vida como una lucha por lo correcto. El hecho de que el mundo no sea como debiera, significa que deben intervenir en todo lo equivocado y desenmascarar su injusticia y fingimientos. Les gusta "*poner en claro las cosas*" con los demás. Están alerta ante la posibilidad de que pasen por delante de ellos y se cuidan mucho de no aparecer ante los demás como débiles en ningún sentido.

Características Positivas de Personalidad

- Directo - Realista
- Leal - Protector
- Autoritario - Autoconfiado
- Energético

Sombra

- Dominante - Centrado en sí mismo
- Antisocial - Insensible a la emoción de los otros
- Agresivo - Escéptico

Pautas para el Desarrollo Personal

- Mejorar las relaciones interpersonales, no criticar a los otros.
- Trabajar la rabia.
- Nutrirse, dedicar tiempo a hacer deporte.

CARÁCTER BÁSICO N°9	SÍ	NO
1. Me resulta fácil comprender y sentir los puntos de vista y opiniones de los demás.		
2. Suelo tener una vida bastante calmada y tranquila.		
3. Suelo disfrutar sin hacer nada.		
4. Opino que la gente se preocupa en exceso por algunas cosas; para mi todo es igual de importante.		
5. Me considero una persona con una paciencia infinita y muy tratable.		
6. Suelo dormir bastante bien.		
7. Tengo una gran necesidad de armonía y paz, que en ocasiones me lleva a esconder los problemas.		
8. A menudo siento que me falta entusiasmo y motivación para hacer las cosas.		
9. Tengo dificultad para establecer prioridades, olvidándome de la cosas importantes que hay que hacer.		
10. Suelo ser más bien pasivo, esperando a ver lo que ocurre fuera.		
11. Me resulta difícil tomar partido por algo. Puedo ver todas las ventajas e inconvenientes.		
12. La mayoría me considera de comportamiento tranquilo y pacífico, pero por dentro suelo sentirme con ansiedad.		
13. Me siento de forma incómoda trabajando bajo presión y con fuertes expectativas.		
14. Me gusta mostrarme como un buen mediador y diplomático.		
15. Me es muy difícil tomar contacto con mi rabia, que tiendo a ocultar y liberar de forma indirecta: cometiendo errores, actuando más lentamente, ...		
16. Soy capaz de identificarme tanto con el otro que me es difícil establecer los límites.		
17. Tiendo a quitarme importancia: "los otros valen más que yo".		
18. Suelo ser capaz de relajarme y disfrutar.		
19. Procuro buscar la forma más cómoda de hacer las cosas, actuando por inercia.		
20. A menudo me siento conectado con la vida y la gente que me rodea.		

FICHA ENEATIPO 9

Los NUEVE *evitan el conflicto*. Se sienten incómodos ante cualquier tensión o falta de armonía entre las personas. Para ellos nada tiene mayor importancia que la *paz y la moderación*. Se preocupan mucho, no sólo de mantener su propia tranquilidad interna, lo que es fácil de conseguir, sino la paz entre quienes les rodean.

Características Positivas de Personalidad

- Placentero - Diplomático
- Pacífico - Abierto de mente
- Paciente - Empático
- Receptivo

Sombra

- Olvidadizo - Inseguro
- Flipado - Pasivo-agresivo
- Apático

Pautas para el Desarrollo Personal

- En las relaciones, debería hablar de sus problemas con los otros y no solo escuchar los problemas de los otros.
- En el trabajo tiende a retrasar las cosas, a ser impreciso.
- Tiene tendencia a la apatía, a procrastinar.
- Para su autoestima, en general el Tai-Chi y las artes marciales le benefician para tomar contacto con la rabia