

SEGURIDAD, ATRACTIVIDAD Y PRESTIGIO

Subtipos de Eneatipo 3

INDICE

ENEATIPO 3 CONSERVACIÓN	3
Necesidad neurótica característica: Seguridad.....	3
Pasión: Vanidad. “La vanidad por no tener vanidad”	4
Fijación: Engaño. “El autoengaño del modesto eficaz”	4
Características del subtipo	5
Ideas locas	6
Proceso de sanación.....	7
ENEATIPO 3 SEXUAL	8
Necesidad neurótica característica: Atractividad	8
Pasión: Vanidad. “Vanidad por seducción”	9
Fijación: Engaño	10
Características del subtipo	11
Ideas locas	12
Proceso de sanación.....	13
ENEATIPO 3 SOCIAL	14
Necesidad neurótica característica: Prestigio.....	14
Pasión: Vanidad. “Vanidad orientada al prestigio social”	14
Fijación: Engaño	15
Características del subtipo	15
Ideas locas	18
Proceso de sanación.....	19

ENEATIPO 3 CONSERVACIÓN

Seguridad

En el personaje del Eneatipo 3 Conservación conviven el deseo de éxito y la necesidad de sentirse a salvo, dos factores que le llevan a trabajar incansablemente y a demostrar su valor a través de la autosuficiencia y la responsabilidad. Se muestra como alguien discreto, pragmático y enfocado en la eficiencia, que busca destacar no tanto por su imagen externa sino por su capacidad para ser útil, productivo y autosuficiente. Suele mantener las emociones bajo control cumpliendo con estándares internos de esfuerzo y deber. A diferencia de otros subtipos del Eneatipo 3, este personaje muestra una imagen más modesta y trabajadora, sin tanta necesidad de brillar públicamente. Busca sentirse valioso siendo necesario y competente, lo cual puede generar una gran disciplina y fuerza interior, pero también puede llevar a una excesiva autoexigencia y a la represión emocional.

Necesidad neurótica característica: Seguridad

La necesidad neurótica del E3 Conservación se denomina "Seguridad". Apareta ser un personaje autosuficiente y productivo que no se muestra vulnerable ni pide ayuda, pero en el fondo, esa búsqueda constante de eficacia es una manera de calmar el miedo profundo a no tener valor, dado que tiene integrada la creencia de que su valor depende de lo que hace, no de lo que es: *"sólo valgo por lo que hago"*.

El E3 Conservación canaliza su necesidad de seguridad a través del trabajo duro, la autonomía y la eficiencia, aparentando no necesitar nada de nadie, en lugar de buscarla de manera explícita o afectiva. No se permite depender de otros, ni siquiera emocionalmente. Necesita sentir que se gana su lugar en el mundo a través del esfuerzo constante, ya que *"las cosas hay que merecerlas"*.

Así pues, persigue la seguridad a través de sentirse útil, bajo el introyecto de que *"solo si soy útil, estaré seguro"* y se enfoca en ser indispensable, responsable, confiable...una persona con la que quieras contar dada su habilidad para solucionar problemas. Su imagen no es ostentosa, como en otros E3, sino basada en ser un "buen proveedor", alguien que nunca falla. Se impone una imagen de modestia y sobriedad que a menudo niega que desee reconocimiento, aunque lo necesita profundamente.

Se muestra como un personaje fuerte que todo lo puede, pero en el fondo hay una ansiedad latente ligada a la posibilidad de no estar a la altura de lo que supuestamente el entorno espera (que no es nada comparado con sus propios estándares de rendimiento). Bajo la superficie hay miedo al fracaso y un temor a no ser suficiente, a quedarse sin recursos o a ser irrelevante.

Para mantenerse seguro, presenta una sobre-adaptación al deber, que recuerda a la del Eneatipo 1. Vive desde la creencia de que la vida es una misión en la que hay que demostrar mérito y su forma de mantenerse a salvo es cumpliendo y haciendo sin parar. Al mismo tiempo que realiza su acción compulsiva, se desconecta de sus emociones, porque mostrar necesidad, cansancio o tristeza podría hacerle parecer "débil" o "menos eficaz".

Pasión: Vanidad. “La vanidad por no tener vanidad”

La vanidad funciona como una pasión que empuja al individuo a identificarse con una imagen idealizada de sí mismo, poniendo el acento en cómo es visto por lo demás más que en cómo realmente es. Se traduce en una necesidad de obtener reconocimiento y valoración externa, lo que lleva a vivir orientado al logro, al desempeño y a la apariencia, incluso al precio de desconectarse de la propia emocionalidad.

Este subtipo es probablemente el más difícil de identificar como un 3, porque disfraza profundamente su búsqueda de valor personal a través del hacer. No busca tanto el escenario o el brillo, sino el reconocimiento de ser alguien que cumple, que no necesita adornos. Su vanidad se apoya en ser alguien visto como competente, capaz, e independiente no en ser exitoso o glamuroso. La pasión de la vanidad en el instinto conservación se plasma en atender la supervivencia y el control con el fin de satisfacer las necesidades primarias, de ahí que, como sea mencionado anteriormente, la necesidad neurótica característica de este subtipo sea la seguridad. Tiende a enfocarse en metas concretas que garanticen seguridad material y estabilidad, pero no sólo precisa solucionar y satisfacer sus propias necesidades de manera autónoma sino que necesita transformar cada acción compulsiva en un acto que genere reconocimiento externo, para así sentir que existe. Es decir, “hago, pero necesito que me vean”. Así, aunque externamente aparenta ser un trabajador silencioso, interiormente necesita compararse y asegurar logros que lo validen, caracterizándose por una competitividad oculta.

Aunque la pasión principal del E3 es la vanidad, el combustible que la mueve a nivel emocional es la vergüenza. Esta vanidad también implica que la persona tiene que anularse, “dejar de ser” para transformarse en el personaje útil y necesario, evitando así el peligro de ser odiado o rechazado y garantizando así su supervivencia. Además, reprime la vanidad clásica del E3, evitando mostrarse como alguien que busca éxito o admiración, dado que su autoimagen se basa en ser el “anti-vanidad”, una autoimagen que se muestra sin necesidad de aparentar, presentándose como humilde, trabajador, modesto... con una actitud de “yo no soy como los demás 3”. Este subtipo se caracteriza por tener una “vanidad invertida”, un sentirse superior por no ser vanidoso, lo que Claudio Naranjo llamaba una “*vanidad por no tener vanidad*”.

Es paradójico, porque ostenta una ilusión de autenticidad que en realidad es pura imagen vanidosa. Este subtipo puede creerse más auténtico que el resto de E3 pero esa modestia también es una forma de imagen, un modo de parecer virtuoso. Tiene una autoimagen de persona sacrificada “que no necesita reconocimiento ni hace alardes” a pesar de que tiene una gran preocupación por “ser alguien” delante de los demás.

Fijación: Engaño. “El autoengaño del modesto eficaz”

El engaño es la distorsión cognitiva que sostiene la pasión de la vanidad: consiste en confundir el ser con la apariencia y en creerse la propia máscara. No es un engaño “hacia afuera”, sino una auto-falsificación inconsciente: el individuo termina viviendo a través de un personaje eficaz y autónomo, convencido de que esa representación es su verdadera identidad.

Así pues, si la pasión de la vanidad opera de manera más encubierta, enfocándose en ser valorados por su autosuficiencia, la fijación del engaño se manifiesta en su autoimagen de humildad y sencillez. A través de esta imagen distorsionada de modestia y esfuerzo, el E3 Conservación oculta su necesidad de validación, centrándose en el trabajo y en la seguridad personal como medios para alcanzar una sensación de valía, mientras lucha contra el miedo a la dependencia o al fracaso. De esta manera, la vanidad se transforma en un engaño sutil: el E3 Conservación no solo busca seducir a los demás con una fachada de autonomía, austeridad y productividad, sino que llega a creerse esa máscara, quedando atrapado en un personaje que sustituye al ser auténtico.

Así pues, para este personaje la fijación es el engaño como para el resto de los E3, pero se transforma en una forma de autoengaño sutil y estructural que podríamos definir como un “autoengaño del modesto eficaz”: El E3 Conservación se engaña a sí mismo creyendo que no está motivado por el ego ni por la imagen. Cree que es simplemente práctico, capaz, autosuficiente y realista, cuando en el fondo también está profundamente identificado con una imagen idealizada: la del que no necesita ser admirado. Su trampa mental es creer que no juega al juego del ego, lo cual es en sí un engaño sofisticado. Suele pensar “yo no necesito reconocimiento, yo soy auténtico, útil, sencillo”, sin ver que esta también es una estrategia para ser valorado.

Claudio Naranjo lo describe así: “Es un personaje que ha renunciado al maquillaje del personaje típico del tres, y eso le da una gran eficacia, pero no deja de ser un personaje. Se engaña creyendo que no tiene personaje.”

Características del subtipo

En este apartado se agrupan las características principales de este subtipo, que ya aparecen diseminadas por todo el documento, con el fin de clarificar y obtener una imagen clara y concisa de este personaje.

El Eneatipo 3 pertenece a la tríada emocional, junto con los tipos 2 y 4. Esta tríada se caracteriza por una dificultad con la autoimagen y el manejo de la identidad emocional, aunque cada tipo y subtipo lo vive de manera diferente. Para el E3, la emoción dominante que se distorsiona es la vergüenza, aunque en ocasiones sea inconsciente y su principal conflicto es con la imagen y el valor personal (vanidad).

En el caso del E3 Conservación, se manifiesta en una desconexión emocional profunda. Aunque pertenece a la tríada emocional, el E3 Conservación parece el menos emocional de todos, ya que ha aprendido a reprimir y anestesiar su mundo emocional para poder rendir, cumplir, funcionar. De esta manera, vive en el “hacer” y huye del “sentir” por miedo a ser ineficaz o a perder control. Como todos los tipos de la tríada emocional, el E3 Conservación tiene una crisis de identidad profunda. Cree que su identidad está en lo que hace bien, (*“soy lo que hago”*), en su eficiencia y responsabilidad. No sabe bien quién es si no está “haciendo algo útil” y tiene dificultad para identificarse con su mundo interno o emocional porque su esencia está perdida detrás del “deber”.

Como en el resto de los E3, la vergüenza es su emoción principal. Siente vergüenza inconsciente de no ser suficiente si no rinde y teme no tener valor por sí mismo, solo por lo que logra o hace. Esta vergüenza lo lleva a construir una imagen de “persona

que no necesita nada". Aunque su imagen es de persona práctica, seca o racional, esa misma imagen es una estrategia emocional, ya que invierte su emoción en ser alguien que no muestra emociones. Irónicamente, se siente valioso por "no ser emocional".

El Eneatipo 3 Conservación se describe como una variante del E3 centrada en la seguridad material y personal, expresando la pasión de la vanidad de una manera más sutil y menos evidente que los otros subtipos. Este subtipo se caracteriza por un enfoque práctico y eficiente, buscando ser percibido como alguien confiable y autosuficiente, y ocultando sus ambiciones tras una fachada de modestia y trabajo duro. Este subtipo se muestra como una persona humilde, laboriosa y pragmática. Prefiere proyectar una imagen de esfuerzo y dedicación en lugar de ostentar éxito abiertamente. Se enfoca mucho en la seguridad material y la eficiencia en lo cotidiano, y puede ser el prototipo de lo que se entiende por "workalcoholic" (adicto al trabajo). Tienden a negar sus deseos de reconocimiento, pero buscan validación a través de su capacidad de trabajar duro y de ser indispensables. Muestran un enfoque hacia la independencia y autosuficiencia, lo que les lleva a cuidar de sí mismos y de sus recursos y su identidad está profundamente ligada a su capacidad de gestionar sus necesidades y de ser vistos como personas confiables y "que no necesitan nada". Son muy eficaces, metódicos, organizados y funcionales, buscando lograr resultados concretos. Prefieren el reconocimiento indirecto, como a través del éxito de sus proyectos o la validación implícita en la confianza que otros depositan en ellos.

Su mayor miedo es el fracaso. Este subtipo teme ser percibido como incompetente o dependiente, por lo que se esfuerza en exceso para cumplir con las expectativas propias y ajenas. En sus relaciones, suelen mostrarse como aliados leales y solidarios, pero mantienen cierta distancia emocional para proteger su imagen de autosuficiencia. Pueden adaptarse a lo que el entorno necesita de ellos, siempre bajo la premisa de ser útiles o funcionales. Como otros eneatis 3, están desconectados de sus sentimientos profundos, lo que les lleva a priorizar el hacer sobre el ser.

Ideas locas

Las "ideas locas" son creencias profundas, muchas veces inconscientes, que sustentan la estructura del ego de cada subtipo y sostienen la máscara, obstaculizando el contacto con la esencia. A lo largo de todo el documento aparecen referencias a algunas de estas creencias, que podrían resumirse en:

1. "Valgo por lo que hago, no por lo que soy."

Cree que si deja de ser eficiente o productivo, dejará de tener valor.

2. "Si no demuestro que soy útil, me rechazarán"

Esta creencia lo lleva a trabajar sin descanso, a evitar mostrarse vulnerable o inútil, y a esconder necesidades emocionales.

3. "No tengo vanidad como los demás, yo soy auténtico."

Esta es la creencia más paradójica. Cree que por no exhibirse, es superior moralmente. Esta vanidad invertida refuerza su autoimagen de ser especial, precisamente por no necesitar aparentar.

4. "Mi valor está en ser autosuficiente."

Cree que depender de otros es debilidad. Busca su seguridad en la eficiencia, la economía, la estabilidad. Pero esto esconde un miedo profundo al fracaso o a ser visto como débil.

5. "Mostrar emociones o necesidades me hace vulnerable."

Suele pensar que ser emocional es un obstáculo para el logro. Por eso, reprime mucho sus emociones y actúa con una falsa sobriedad afectiva.

Proceso de sanación

El personaje del E3 Conservación es un tipo muy autoengañado, profundamente alienado de su ser real por estar atrapado en una autoimagen de utilidad, modestia y rendimiento. Para él, el camino de transformación pasa por romper con la identificación con la imagen y recuperar el ser esencial, el sentir verdadero.

El Eneatipo 3 Conservación vive una desconexión afectiva que se disfraza de autosuficiencia y bajo esa fachada se esconde una vergüenza profunda ligada al valor personal. Su camino de crecimiento consiste en recuperar el contacto con lo que siente realmente, más allá del personaje que ha construido para mostrarse eficaz y suficiente. Cuando este subtipo evoluciona, es capaz de conectarse con la autenticidad y reconocer su valor intrínseco, sin depender de los logros ni de la manera en que los demás lo perciben: *“empezar a creerse que vale por lo que es, no por lo que hace”*. El proceso implica soltar la máscara de autosuficiencia y permitirse habitar su ser auténtico.

Esto implica reconectar con la autenticidad, dejar de vivir solo para el deber, la eficacia o la utilidad, y comenzar a preguntarse qué desea realmente o quién es cuando no se define como “el que resuelve”. También significa permitir mostrarse vulnerable, imperfecto y emocional, sin que eso represente una amenaza. Otro aspecto fundamental es desmontar el autoengaño, reconociendo que incluso la modestia puede convertirse en una forma de vanidad. Se trata de descubrir que el propio valor no depende de lo que se hace ni de la utilidad que se ofrece, sino que ya existe por el simple hecho de ser.

Finalmente, el desarrollo del E3 Conservación requiere cultivar la sinceridad y el contacto emocional, aprender a compartir lo que siente sin el filtro del rendimiento o del rol, y ejercitar la capacidad de ser en lugar de hacer, recibiendo amor sin tener que ganárselo. Claudio Naranjo lo resumía con una frase contundente: “El tres tiene que dejar de ser un actor y empezar a ser un ser humano.”

ENEATIPO 3 SEXUAL

ATRACTIVIDAD

El personaje del Eneatipo 3 Sexual tiene un elevado deseo de conquistar y sentirse deseado que le lleva a seducir, destacar y brillar intensamente en sus relaciones íntimas, llamadas relaciones de uno a uno. Se trata de alguien carismático, competitivo y enfocado en atraer y mantener la atención de personas clave, utilizando su encanto, energía y logros para generar impacto. Las emociones están al servicio de la conexión y el magnetismo, pero la vergüenza se esconde tras la necesidad de ser deseado y admirado por quienes considera importantes, especialmente por su pareja. A diferencia de los otros subtipos del Eneatipo 3, que se centran en resultar eficientes y competentes (E3 Conservación) o es ser admirados por el grupo (E3 Social) éste tiene una fuerte intensidad emocional y tiende a medir su valía a través del deseo que despierta en el otro: *“cuanto más me desean más valgo”*. El Eneatipo 3 Sexual es uno de los más seductores del Eneagrama y busca sentirse valioso siendo irresistible, lo cual puede alimentar su pasión y entrega, pero también su dependencia de la validación externa y su dificultad para mostrarse auténticamente vulnerable.

Necesidad neurótica característica: Atractividad

La necesidad neurótica es una compulsión inconsciente que surge como respuesta a una herida emocional temprana. Se trata de una estrategia de supervivencia emocional. En el caso de E3 Sexual, esta necesidad neurótica se denomina atractividad, como una expresión muy específica de su pasión, la vanidad, que en este subtipo se manifiesta como una obsesión por resultar deseable, encantador o irresistible. No se trata simplemente de querer ser admirado por logros (como en otros subtipos del 3), sino de ser *querido, deseado, elegido* por su presencia, carisma o magnetismo.

El E3 Sexual busca sentirse valioso a través del deseo, no necesariamente sexual, que despierta en el otro por lo que su necesidad neurótica de atractividad lo lleva a invertir energía en destacar emocional o estéticamente, y a construir una imagen ideal que provoque admiración íntima. Utiliza máscaras y complementos que modifican su estética y su ser interior y se identifica totalmente con aquello que proyecta, lo que provoca que se vaya alejando de su autenticidad y sintiéndose internamente inseguro, entrando en un ciclo de seducción y vacío. Es el impulso compulsivo de ser deseado para sostener una autoestima frágil.

El E3 Sexual canaliza esta necesidad neurótica a través del encanto, el carisma y la seducción. Su forma de sentirse valioso es ser irresistible, ser quien brilla, quien destaca por su presencia y magnetismo, no necesariamente desde lo físico, sino desde una mezcla de talento, intensidad y estilo personal. Busca en el deseo del otro la validación de su identidad, el problema es que se engancha a esa imagen idealizada de sí mismo y teme profundamente no ser suficiente si no provoca admiración.

Siente una gran competitividad relacional: no solo quiere ser atractivo, quiere ser el más atractivo. Compite, incluso sin querer, por atención, amor, intensidad, pudiendo volverse celoso, posesivo o hipersensible al rechazo. Detrás de esta competitividad está el miedo profundo a no ser especial, a pasar desapercibido, a no generar impacto ni ser deseado. Si no se siente admirado o deseado, entra en crisis: se siente invisible, poco valioso, y entra en estrategias aún más intensas de seducción o

sobrecompensación.

Pasión: Vanidad. “Vanidad por seducción”

Claudio Naranjo describe la vanidad como una manifestación del deseo de ser reconocido y admirado por los demás, con una fuerte identificación con la imagen que se proyecta al mundo. Así, la vanidad está ligada al E3 ya que este tipo de personalidad busca constantemente la validación externa a través de la apariencia, los logros y el éxito social. Este subtipo ha sido descrito como “vanidad por seducción” porque su principal distorsión emocional gira en torno a la necesidad de ser deseado, especial y admirado en el plano relacional o íntimo. Aquí, la vanidad no se expresa como éxito público, sino como atractivo personal e impacto emocional.

Siguiendo este enfoque, la vanidad es vista como una pasión egoica, en la que el individuo se identifica tan profundamente con la imagen que proyecta o con lo que logra externamente, que pierde contacto con su esencia auténtica. La identificación con el personaje externo que se crea, con la máscara, es tal que se dificulta el contacto con el verdadero ser y una vez despojado del traje, no sabe quién es. La vanidad enmascara una profunda inseguridad, por este motivo se convierte en una forma de defensa ante el miedo al fracaso o a la invisibilidad.

La pasión de la vanidad dentro del instinto sexual se manifiesta en gustar, concretamente en volverse un objeto de deseo. Siente que su valor depende de ser un objeto valorado por otros. Está enfocada a la relación sentimental: quiere ser la mujer o el hombre ideal y para ello busca en una pareja que le devuelva ese ideal de perfección del que carece internamente. Lograr atraer el deseo de los otros se vuelve una acción compulsiva y todo lo que realiza se encamina a conseguir este objetivo.

Este personaje se siente vacío por dentro y recurre a la construcción de una imagen perfecta que puede ser admirada y valorada, para llenar ese vacío interno. Este deseo de ser valorado y apreciado puede llevar a la persona a manipular su apariencia o incluso a exagerar sus logros para mantener esa imagen idealizada ante los demás. Así pues, la vanidad no es solo un deseo superficial de ser admirado, sino una manera en que el ego se protege, buscando siempre el reconocimiento para validar su propia existencia, mientras oculta la inseguridad interna: *“Si no me ven, no existo”*.

De esta manera, en el E3 Sexual la vanidad se expresa de manera muy particular, en una relación directa con la necesidad de ser visto como una persona deseable, atractiva y admirada por su capacidad para cautivar a otros a nivel emocional y físico y de ser querido y admirado en sus interacciones íntimas y afectivas.

Para lograrlo, este subtipo invierte mucho tiempo y energía en su imagen personal, lo que puede manifestarse en comportamientos como una preocupación excesiva por la apariencia física. Además se esmera en cultivar una personalidad carismática y en presentarse como alguien cautivador o especial. Se sienten validados y exitosos cuando son deseados y apreciados por los demás, y su sentido de identidad puede depender en gran medida de cómo los demás los perciben en ese contexto emocional o sexual. Su sentido de valía está muy ligado a la validación externa y su fachada de confianza esconde una inseguridad profunda.

Fijación: Engaño

La fijación del engaño en el E3 constituye una estructura psicológica profunda que condiciona la manera en que el personaje se relaciona con sus emociones, su identidad y sus vínculos. En este eneatispo, el engaño no se limita a pequeñas distorsiones de la realidad, sino que es una estrategia interna más compleja: el individuo tiende a convencerse de aquello que necesita creer para sostener una imagen idealizada de sí mismo, en lugar de conectar con lo que realmente siente. Esta dinámica tiene su raíz en un temor profundo: la sensación de que, detrás de la imagen construida, podría no haber nada auténtico. Existe un miedo existencial al vacío, a no valer nada si no se es admirado, exitoso o deseado.

En el E3 Sexual, estas dinámicas se vuelven especialmente intensas. Aquí, la seducción y la búsqueda de validación emocional se convierten en mecanismos esenciales para sostener la autoestima. El E3 Sexual proyecta una imagen de deseabilidad y carisma que está cuidadosamente diseñada para atraer al otro. A menudo, parece emocionalmente entregado, sensible o apasionado, pero esta expresión emocional suele estar al servicio de la seducción, más que de una verdadera apertura afectiva. Hay una gran distancia entre lo que se muestra y lo que realmente se siente, porque la emoción es usada como herramienta, no como vehículo de conexión auténtica.

Una de las características más marcadas del engaño en este subtipo es que promete emocionalidad, intimidad y entrega, pero sin que esto necesariamente se traduzca en una apertura real. El E3 Sexual puede parecer intensamente involucrado en una relación, pero mantiene un fuerte control sobre lo que muestra, evitando la vulnerabilidad. En el fondo, teme que mostrar sus verdaderas emociones, especialmente aquellas asociadas con debilidad, inseguridad o dolor, lo haga menos atractivo o deseable. Por eso, las reprime o las oculta, sacrificando la autenticidad en favor de una imagen que busca seducir y brillar.

Esta desconexión también se manifiesta en una especie de camaleonismo emocional. El 3 Sexual adapta su comportamiento, su expresión afectiva y hasta su personalidad según lo que percibe que el otro desea. Es como si habitara un personaje emocionalmente atractivo más que vivir desde su verdadero ser. Esta adaptación constante lo aleja de su mundo interno y refuerza el autoengaño: se convence de que la imagen que proyecta es su identidad real, cuando en realidad está evitando enfrentarse a su vacío emocional.

Es interesante observar que aunque el E3 Sexual se involucra aparentemente de forma intensa en sus relaciones, la conexión emocional suele ser más superficial de lo que parece. Las relaciones tienden a girar en torno a la imagen que proyecta y al deseo que despierta, más que a una interacción basada en la autenticidad, la intimidad y la vulnerabilidad compartida. El deseo de ser admirado se convierte en un sustituto de la verdadera conexión emocional, y la seducción se transforma en un escudo que lo protege del dolor de sentirse insuficiente o indigno de amor si no mantiene su imagen idealizada.

Características del subtipo

El Eneatipo 3 pertenece a la triada emocional del Eneagrama, esto significa que, aunque experimenta emociones, tiende a manejarlas de forma superficial y orientada hacia el exterior. En lugar de conectar profundamente con sus propios sentimientos, centra su atención en la imagen que proyecta y en la validación externa. De esta manera, las emociones suelen ser vistas como debilidades que podrían amenazar la imagen idealizada de éxito y confianza que desea mostrar, lo que puede llevar a una desconexión interna significativa. La emoción dominante del este eneatipo es la vergüenza, que surge ante la sensación de no ser valioso si no cumple con las expectativas sociales o si no alcanza el reconocimiento que anhela. Este miedo profundo a no ser suficiente impulsa muchas de sus conductas, especialmente en su subtipo sexual, donde las dinámicas emocionales se intensifican.

El Eneatipo 3 Sexual no busca validación en el ámbito profesional o social, sino a través del deseo y la admiración en el terreno íntimo, viviendo orientado a la mirada del Otro, convirtiendo la atraktividad en una especie de escudo contra el vacío emocional y la inseguridad. Aunque puede parecer emocionalmente entregado y seductor, muchas veces hay poca conexión con su sentir genuino. Las emociones se utilizan como herramientas de atracción, pero raramente se comparten desde la vulnerabilidad. Este subtipo busca ser constantemente el centro de atención o el objeto de deseo, adaptando su imagen personal y comportamiento a lo que cree que el Otro quiere. Es habitual que despersonalice sus emociones, asumiendo el rol que cree que su pareja desea, en lugar de expresar su yo auténtico. Se convierte en alguien que se moldea para agradar, más que en alguien que se muestra tal como es.

El miedo al rechazo y a no ser lo suficientemente atractivo, deseable o exitoso, lleva al E3 Sexual a evitar profundamente la vulnerabilidad emocional. Emociones consideradas como "débiles" o poco atractivas son reprimidas, ya que no encajan con la imagen de éxito y seducción que busca proyectar. Así, sacrifica autenticidad en favor de mantener una fachada seductora y segura de sí. Su fijación por crear una imagen idealizada de sí mismo, especialmente en lo emocional y lo sexual, lo lleva a editar o modificar aspectos de su personalidad para parecer más deseable. Este deseo de ser admirado y validado emocionalmente a través de la atracción puede llevarlo a descuidar su verdadero ser, enfocándose más en lo que los demás quieren ver que en quién es realmente. El E3 Sexual aprendió que su valor estaba en función de ser un objeto valorado por los demás. Así, la finalidad es no solo atraer el deseo de otro de manera compulsiva sino hacer todo lo posible por mantener ese deseo.

Aunque se involucra aparentemente de forma intensa en sus relaciones, la conexión emocional suele ser más superficial de lo que parece. Las relaciones pueden girar más en torno a la imagen que proyecta que a una interacción basada en la autenticidad, la intimidad y la vulnerabilidad compartida. Se trata de un personaje seductor y camaleónico: puede parecer muy auténtico, pero en realidad ha afinado su personaje para provocar una respuesta emocional fuerte en los demás. Se adapta para agradar y atraer: sabe qué mostrar y qué ocultar según la persona que tiene enfrente y confunde el ser amado con el ser deseado.

Tiene la idea loca de que si consigue ser la mujer o el hombre perfecto para la mirada del Otro, la angustia de no tener valor, el miedo a la falta de recursos y la inseguridad se podrán apaciguar. Por este motivo utiliza el vínculo amoroso para sentir que existe, en una especie de mantra que dice algo así como "me desean, luego existo". Para conseguir esto, niega y reprime cada una de sus necesidades y se pone al servicio del

otro, virando el foco de atención fuera del campo de su autorrealización profesional o cualquier campo que le aporte independencia. Utiliza toda su fuerza para reprimir y controlar sus emociones y pensamientos en lugar de utilizarla como impulso para su propia autorrealización.

Debido al instinto sexual, pone la energía en atraer solo a uno (o al menos, de uno en uno) por lo que aparenta tener menos que ofrecer al grupo o al mundo en general. En las relaciones amorosas, el E3 Sexual suele ser muy seductor, buscando siempre causar una fuerte atracción emocional y física. Es consciente de su poder personal y cómo puede influir en los demás a nivel emocional.

La conexión intensa que busca con su pareja puede estar basada en una interacción apasionada, que le lleva a querer ser el centro de atención en esas relaciones, recibiendo aprecio, admiración y afecto de manera constante. Tiene una necesidad de validación en las relaciones íntimas, y puede volverse excesivamente enfocado en cómo son percibidos por su pareja o por sus potenciales parejas. Esto le hace vulnerable a la inseguridad si siente que no están siendo suficientemente admirado. En las amistades y relaciones sociales cercanas también busca ser el centro de atención, encarnando el rol de un amigo atractivo, carismático y encantador, siempre buscando resaltar en cualquier interacción. En este ámbito, se esfuerza por mantener una imagen impecable, adaptándose al contexto y mostrando siempre lo mejor de sí mismo.

En cuanto al control, este personaje puede controlar emocionalmente las relaciones, ya que sabe perfectamente cómo manipular y utilizar sus propios encantos para conseguir lo que quiere de los demás. Este control no siempre es negativo, pero en su extremo puede llevarle a ser dominante o incluso calculador en sus interacciones. Este deseo de controlar puede ser una manera de mantener una imagen fuerte y evitar mostrar inseguridades o vulnerabilidades, ya que el miedo a ser rechazados o vistos como débiles los lleva a protegerse emocionalmente.

Ideas locas

En el caso del Eneatipo 3 Sexual, las ideas locas giran en torno al valor personal a través del impacto emocional o sexual, y a la búsqueda de deseo como prueba de existencia y valía. Este personaje vive atrapado en la creencia de que el amor depende de su capacidad para seducir y fascinar, y que su identidad está ligada al deseo que provoca. Esta distorsión lo lleva a confundir el ser con el parecer, y el amor con la admiración. Algunas de estas creencias pueden resumirse en:

1. “Valgo si me desean”.

La autoestima está completamente enlazada con el deseo que el otro manifiesta hacia mí. Si no genero deseo, no existo como ser valioso. Esto los lleva a invertir gran parte de su energía en gustar, impactar, atraer.

2. “Tengo que destacar para ser amado”

No basta con ser uno más: el amor y la conexión sólo vienen si soy el más interesante, especial y atractivo. Esto genera una constante necesidad de competir y de sobresalir en el plano relacional.

3. “La autenticidad no es tan importante como el efecto que causo”

El foco está en cómo soy percibido, no en quién soy realmente. Se cree erróneamente que mostrar debilidad o inseguridad me hace perder valor ante el otro. Por eso este

subtipo puede parecer muy emocional o abierto, pero en realidad actúa emociones más que compartirlas.

4. “Si no brillo, no me querrán”

Hay una idea profunda de que el amor es condicional, y depende de mantener viva una imagen deseable o impactante. Esto puede generar un gran miedo a envejecer, fallar, o volverse “normal”.

5. “La vida en pareja es un escenario”

La relación uno a uno se convierte en un terreno donde se busca ganar aprobación, más que en un lugar de verdadera intimidad. Lo que debería ser un espacio de apertura se transforma en otro ámbito donde hay que rendir, impresionar, conquistar.

Proceso de sanación

El camino de crecimiento del E3 Sexual está muy ligado a la autenticidad y a aprender a valorarse sin depender de la admiración externa. Uno de los principales retos del E3 Sexual es aprender a desapegarse de la imagen perfecta y abrazar su vulnerabilidad. Su vanidad está muy centrada en la imagen, y parte de su trabajo es aprender a no depender de la aprobación externa para sentirse valioso. Necesita reconocer que su valor no está en lo que los demás piensan de él, sino en su ser auténtico y en su capacidad para conectarse profundamente con los demás de una manera genuina, sin necesidad de controlar la interacción.

Para superar la sobreidentificación con su imagen, el E3 sexual debe aprender a aceptar sus fallos y limitaciones sin que esto afecte su autoestima. Esto requiere aprender a ser compasivo consigo mismo, dejando de lado la constante necesidad de ser el mejor, el favorito o el más deseado. Así, reconocer y abrazar su vulnerabilidad y ser capaz de relacionarse sin máscaras, permitiendo que los demás le vean tal como es, sin miedo al rechazo o al juicio, es un gran avance.

A menudo, el E3 Sexual puede caer en la trampa de pensar que su valía está en cómo los demás lo perciben. El trabajo de crecimiento implica aprender a centrarse en su autenticidad más que en la imagen y conectar con sus emociones genuinas. Aprender a reconocer sus verdaderos deseos y necesidades es fundamental y le ayudará a tener relaciones más profundas y satisfactorias, basadas en el ser, no en la apariencia que puedan ofrecer.

Un gran reto es aprender a compartir sus emociones verdaderas a pesar del miedo a ser percibidos como débiles o menos atractivos. La vulnerabilidad se convierte en un puente que les permite conectar con los demás a un nivel más emocional y humano, sin la necesidad de estar siempre en control o mostrar una imagen impecable. Este proceso de evolución permite al E3 Sexual encontrar un equilibrio entre su deseo de ser deseado y la autenticidad, llevando sus relaciones a un nivel mucho más profundo y satisfactorio.

ENEATIPO 3 SOCIAL

Prestigio

El personaje del Eneatipo 3 Social se caracteriza por una necesidad de éxito y una gran adaptación al entorno que le lleva a destacarse en grupos y a construir una imagen ideal que los demás admiren. Se trata de alguien sumamente orientado a objetivos y al reconocimiento colectivo, con una fuerte identificación con los valores sociales del éxito, la eficiencia y la apariencia. Tiene una tendencia a reprimir su mundo emocional o a modelar sus emociones para que se adapten y no interfieran con la imagen que desea mostrar. A diferencia de otros subtipos del Eneatipo 3, éste se centra menos en la conquista individual (típica del E3 Sexual) y más en el impacto público, buscando ser un modelo para los demás. El E3 Social lucha por sentirse valioso a través de la admiración del grupo, lo cual puede ser una poderosa fuente de motivación, pero también de desconexión emocional, desgaste interno y pérdida de autenticidad.

Necesidad neurótica característica: Prestigio

El Eneatipo 3 Social es denominado “Prestigio” porque este es el valor central que organiza su carácter: no busca solo aprobación o éxito personal como el resto de los E3, sino que vive para obtener prestigio y valoración dentro de su grupo social. Busca gustar y complacer para obtener aprecio.

En la infancia, fue valorado por aquello que hacía y premiado por sus logros, reforzando su actitud mediante aplausos y refuerzo positivo, por este motivo, tiene un afán de replicar esto en la vida adulta. Su neurosis le sitúa en una posición dominante, desde arriba, muy parecida a la del E2 pero con el matiz de que el E3 Social se llena cuando los demás le consideran brillante, no porque crea que tiene valor en sí mismo.

En este contexto, tener “Prestigio” implica obtener el reconocimiento público por ser alguien admirable, un “modelo” para los demás. Más que fama o riqueza, implica ostentar un estatus moral, profesional o social valorado dentro de un entorno concreto: su identidad entera está organizada alrededor de parecer valioso según las reglas del juego social. La necesidad neurótica ha suplantado por completo la necesidad profunda de simplemente Ser.

Pasión: Vanidad. “Vanidad orientada al prestigio social”

La pasión de la vanidad representa una fijación en la imagen y el deseo de ser admirado, más que en la autenticidad del ser. Bajo este paradigma, la vanidad no es simplemente un deseo superficial de reconocimiento, sino una desconexión profunda del yo esencial, donde el individuo se identifica con una máscara de éxito, eficiencia y atractivo social. Esta pasión se manifiesta en una constante actuación para los demás, ocultando el vacío interior y la inseguridad que se teme mostrar. Así, la vanidad se convierte en un mecanismo de defensa que impide el contacto genuino con las

emociones y con los otros, manteniendo al individuo atrapado en la ilusión de que su valor reside en cómo es percibido, y no en quién es realmente.

En el E3 Social, la pasión de la vanidad se manifiesta de forma especialmente orientada hacia el logro de estatus y reconocimiento dentro del grupo o la sociedad. Se preocupa intensamente por ser valorado, respetado y admirado socialmente, y tiende a identificarse con un rol de "persona ideal" según los valores del grupo: puede ser el buen ciudadano, el líder moral, el profesional exitoso, etc.

Este subtipo se centra en encarnar el ideal social del éxito, adoptando comportamientos admirados colectivamente para ganar prestigio y validación externa. Suele suprimir deseos personales o emociones más auténticas si eso no encaja con la imagen deseada, siendo muy camaleónico y adaptativo, pero al costo de desconectarse de su verdadera identidad.

Claudio Naranjo describe a este subtipo como el más "autoengañado" del Eneatipo 3, porque cree ser lo que representa y no percibe fácilmente su desconexión con su verdadero ser, lo que refleja la profundidad del autoengaño que sostiene la vanidad como mecanismo de defensa frente al vacío interno.

Fijación: Engaño

La fijación del engaño, funciona como un patrón mental que sostiene la pasión de la vanidad, especialmente marcada en el subtipo social. Este engaño no se limita a manipular la percepción externa, sino que implica una profunda forma de autoengaño: el individuo llega a creerse completamente la imagen idealizada que proyecta y confunde el Ser con el personaje. De esta manera, se entiende el engaño como la tendencia a creerse la propia máscara, es decir, autoengañarse pensando que uno es aquello que muestra, es una sobreidentificación con el personaje que representa.

En el subtipo social, este engaño se manifiesta en la identificación con el rol ideal dentro del grupo: la persona que cumple, que es exitosa, impecable, modelo a seguir. Se esfuerza intensamente por ser valorado, respetado y admirado socialmente, adoptando comportamientos y actitudes que encarnen los valores del entorno, lo que refuerza la imagen pero también profundiza la desconexión con el yo auténtico. Es camaleónico y adaptativo, suprime deseos personales o emociones genuinas si no encajan con la imagen deseada, y vive centrado en ser aquello que los demás aprueban. Según Claudio Naranjo: "el E3 Social puede estar tan identificado con el personaje de persona buena, correcta y eficiente, que no hay ni siquiera conciencia de estar mintiendo. El autoengaño es total". Así, no sólo engaña al mundo, sino que, más profundamente, se desconecta de su verdadera identidad al creer firmemente que es lo que representa, lo que refleja el núcleo mismo de la fijación del engaño.

Características del subtipo

Cómo el resto de los Eneatipos 3, este subtipo pertenece a la triada emocional y su principal emoción subyacente es la vergüenza, aunque no siempre es consciente de

ella. En el E3 Social, la emoción está presente de forma muy particular: no se muestra abiertamente, sino que se canaliza hacia la imagen, el desempeño y la aceptación social. De esta manera, el E3 Social desconecta o reprime sus emociones internas para adaptarse a lo que el entorno espera. Una de las principales características emocionales del E3 social es precisamente esta represión emocional: este subtipo muchas veces no se permite sentir tristeza, vulnerabilidad o inseguridad, porque teme que esas emociones puedan afectar negativamente su imagen. Prefiere mostrar una "cara exitosa", incluso cuando por dentro puede estar agotado o sintiéndose vacío.

También se caracteriza por una hiper-adaptabilidad. El E3 Social tiende a identificarse con los valores del grupo al que pertenece (ya sea a nivel empresarial, familiar, cultural, etc.) y ajusta su comportamiento emocional para encajar y destacar. Puede mostrarse entusiasta, alegre u optimista, no porque necesariamente lo sienta, sino porque son las emociones que se esperan del rol que quiere ostentar. Esta adaptación muchas veces lleva a una desconexión del sentir profundo y aunque el E3 Social siente intensamente, le resulta difícil reconocer o nombrar sus emociones reales. Con frecuencia ni siquiera sabe con claridad qué le está pasando internamente, ya que tiene el foco de atención puesto hacia afuera: en los logros, la aprobación y el rendimiento y no tanto en percibir sus propios estados internos. Precisamente por este motivo, su autoestima depende de lo externo. Su estado emocional fluctúa según cómo es percibido por los demás: si es admirado, se siente valioso; pero si no recibe reconocimiento, puede sentirse inútil, aunque le cueste admitirlo.

En el fondo, tiene un profundo miedo a mostrarse vulnerable. Para el E3 Social, expresar emociones profundas o inseguridades puede vivirse como un fracaso, por eso suele desarrollar una coraza emocional, a pesar de que, en el fondo, anhela ser querido por quien es, no solo por lo que logra. De esta manera, se podría decir que el E3 Social siente mucho, pero no se permite mostrarlo fácilmente. En lugar de sentir y expresar emociones, actúa.

A diferencia de otros subtipos del E3, como el E3 Sexual que busca seducir o el E3 Conservación que se enfoca en ser eficiente, el E3 Social se enfoca principalmente en proyectar una imagen que se ajuste a lo que los demás aprueban y valoran. Esta imagen está diseñada para ganar respeto y admiración dentro de su entorno social.

Cree de verdad que es aquello que proyecta al mundo: el profesional ético, el ciudadano ejemplar, el líder admirable. Esta identificación total con su imagen exterior hace que el E3 Social se pierda en su propio personaje, sin percatarse de que está desconectado de su ser real. El prestigio, entonces, se convierte en un escudo narcisista que lo protege del vacío interno y de la desconexión emocional que experimenta. En lugar de enfrentarse a sus emociones y necesidades internas, este personaje busca llenar ese vacío a través del reconocimiento externo.

Este subtipo es altamente adaptable y camaleónico, capaz de ajustarse a lo que el entorno espera de él. Puede ser un político, religioso, académico, o cualquier otra figura que le otorgue el reconocimiento que busca. Esta adaptabilidad le permite ganar aceptación, pero a costa de ocultar su verdadero ser. Desde temprana edad, el E3 Social suele haber recibido un amor condicionado al rendimiento y a la imagen pública. Aprendió que *ser querido* es igual a *tener éxito*, *ser ejemplar* o *admirable*. Como niño,

muchas veces fue el "modelo", el que siempre cumplió, fue responsable, sociable y bien adaptado. Fue criado en función de un condicionamiento positivo: recibía halagos cuando hacía las cosas "bien", aunque siempre se le insistía en que podía hacerlo aún mejor.

Este proceso de adaptación, sin embargo, lleva a una represión de sus emociones auténticas y necesidades internas. Este subtipo comienza a desconectarse de su ser real, ya que lo que muestra al mundo no siempre coincide con lo que realmente siente. Así, vive atrapado entre la imagen que proyecta y la desconexión con su mundo interno, lo que refuerza su sufrimiento y la sensación de vacío emocional.

El Eneatipo 3 Social, aunque mentalmente brillante, lleva consigo una carga corporal significativa, ya que todo su personaje está *encarnado* en su cuerpo. Esta identificación con su imagen idealizada se refleja en diversas tensiones físicas aunque, muchas veces, no es consciente de ellas. Una de las áreas más afectadas es el pecho y la cara, las cuales representan la zona de la máscara. El pecho tiende a inflarse inconscientemente, como una manera de parecer más seguro, digno y valioso. Además, la mandíbula está a menudo apretada o la sonrisa forzada, lo que refleja un esfuerzo constante por sostener la imagen de que "todo está bien", incluso cuando no es así.

El E3 Social suele experimentar una sensación de estar de puntillas, como si estuviera constantemente un poco por encima de su eje natural. Este estado de alerta lo mantiene siempre preparado para responder, rendir y adaptarse. Es una actitud de *estar listo para gustar, convencer y destacar* en cualquier momento. Esta postura permanente de tensión física refleja su necesidad constante de estar a la altura de las expectativas externas y de mostrar su mejor versión en todo momento.

Una consecuencia directa de este constante esfuerzo por mantener una imagen impecable es la desconexión del centro emocional, ubicado en el pecho, la zona más blanda del cuerpo. El E3 Social encuentra difícil sentir o reconocer emociones como el dolor, la tristeza o el vacío. En lugar de enfrentarse a estos sentimientos, elige activar su eficiencia, su pensamiento rápido y su hiperfuncionalidad para evitar conectar con lo que realmente está sintiendo. Esta desconexión le permite seguir adelante sin detenerse a procesar emociones, pero a costa de perder el contacto con su ser más auténtico.

También experimenta una dificultad para soltar el control postural. Le cuesta relajarse y adoptar una postura vulnerable, como colapsar en una silla o mostrarse de manera más relajada. Siempre mantiene algo de tensión, buscando mantenerse "presentable" en todo momento, lo que refleja su miedo a ser percibido como débil o inadecuado. El E3 Social también presenta una velocidad corporal y mental notable. Sus movimientos suelen ser eficaces, pero no relajados, como si estuviera siempre apresurado o en constante acción. A veces, el cuerpo va más rápido que la conciencia, llevando al E3 Social a situaciones en las que se pregunta: "*¿Cómo he acabado aceptando esto otra vez?*". Esta aceleración continua refleja su dificultad para frenar y tomarse un respiro.

Una de las características más notables del E3 Social es la fatiga que se oculta hasta que el cuerpo revienta. Vive bajo un juez interno implacable que no permite descanso

real. Aunque está agotado, sigue funcionando, manteniendo la imagen de eficiencia y éxito, hasta que finalmente el cuerpo lo obliga a detenerse. Esta incapacidad para reconocer sus límites lo lleva a un desgaste profundo, tanto físico como emocional.

Ideas locas

Las ideas distorsionadas del E3 Social son pensamientos profundamente arraigados que sustentan su carácter y justifican los mecanismos de defensa que emplea. Estos pensamientos suelen ser especialmente sutiles, ya que están muy bien disfrazados de virtudes y, por lo tanto, son difíciles de identificar. Algunas de estas creencias son las siguientes:

1. *“Mi valor depende de lo que los demás piensen de mí”.*

Esta es una de las creencias clave, bajo la que se sustenta toda su máscara e impulsa su esfuerzo constante por mantener una imagen digna de admiración, ya que su sentido de valía está ligado directamente a la aprobación externa.

2. *“Tengo que ser el mejor para que me quieran”.*

Para este subtipo, el amor y el reconocimiento son las dos caras de una misma moneda y están totalmente ligados al rendimiento y al prestigio.

3. *“Ser una buena persona es cumplir con lo que se espera de mí”.*

Tiende a confundir la autenticidad con el rol, creyendo que ser "bueno" significa parecer correcto, responsable y exitoso, olvidando que la autenticidad no reside en las apariencias, sino en la conexión genuina con el ser interior.

4. *“Si muestro debilidad, perderé el respeto de los demás”.*

Por esta razón, es común que esconda sentimientos como el cansancio, la tristeza o la duda, ya que estos pueden percibirse como señales de vulnerabilidad.

5. *“Si no cumplo con lo que se espera de mí, soy un fraude”.*

Este temor refuerza su necesidad de mantener una imagen de éxito y perfección, ya que siente que sin ella pierde su valor.

6. *“Solo existo si hago”.*

El E3 Social vive en la acción, el logro y el deber, sintiéndose vacío si no está produciendo o demostrando algo. Esta creencia lo impulsa a buscar constantemente el hacer, el lograr y el cumplir, creyendo que solo a través de estas actividades puede validarse a sí mismo y ser reconocido.

Estas creencias están profundamente incrustadas en el cuerpo y en el inconsciente, lo que hace que, en procesos terapéuticos, sea necesario aprender a observar cuales son estas creencias para aflojar la coraza y poder iniciar un proceso de sanación.

Proceso de sanación

Durante su proceso de sanación, es preciso que el E3 Social vaya dejando de identificarse con su personaje y pueda ir permitiéndose el contacto con su verdadero ser, aunque al principio de este proceso pueda sentir mucha incertidumbre ya que se enfrenta al vacío de abandonar las estructuras que sostienen su identidad. Es común que se pregunte *“si no soy mi personaje, ¿quién soy?”*

El primer paso para este subtipo en su proceso de transformación es recuperar la autenticidad, lo que implica cuestionar la imagen idealizada que ha construido y atreverse a mostrarse imperfecto y vulnerable, conectando de nuevo con sus deseos y emociones reales, aquellas que han sido reprimidas en favor de cumplir con las expectativas externas. En este proceso, también debe desmontar el autoengaño al observar el impulso constante de "quedar bien" y darse cuenta de cuándo actúa solo por aprobación y no por deseo propio. A medida que avanza, puede enfrentar el vacío que experimenta cuando no está "haciendo" o siendo admirado, y el trabajo terapéutico busca ayudarlo a atravesar este vacío para reconectar con su ser esencial, más allá de su rol social. Un paso clave en este camino es aprender a aceptar el "fracaso" como parte del crecimiento, desidentificándose con el éxito como la única fuente de valor, permitiéndose experimentar sin temor al juicio externo y comprendiendo que la imperfección y el fracaso son fundamentales para su desarrollo y autenticidad.

Como se ha indicado anteriormente, el E3 Social rara vez se permite *ser*; su enfoque está en *hacer*. En terapia corporal o meditación, suele haber un momento de gran revelación cuando se da cuenta de que está actuando incluso en el silencio, sin poder simplemente estar presente con su ser auténtico. Esta toma de conciencia marca un punto crucial en el proceso de autoconocimiento y transformación, donde comienza a reconocer la desconexión entre su imagen exterior y su verdadera esencia.