



Escuela de Cambio y Transformación Emocional  
**Ser Persona**  
de Alejandro VEGA y Mariángeles NARVÁEZ



**DICEDIR**  
La primera carrera de  
estudios especializada  
en Desarrollo Personal  
y Cambio y  
Transformación  
Emocional



**COACHING TRANSFORMACIONAL**  
Formación para la Excelencia  
¡El Gran Cambio de mi **VIDA!**

**PROGRAMA FORMATIVO EXPERIENCIAL**

Experto en Desarrollo Personal  
Acompañante en procesos de  
Cambio y Transformación Emocional

**PROGRAMAS EXPERIENCIALES DE DESARROLLO PERSONAL**  
FORMACIONES, CURSOS, TALLERES, EVENTOS E INTENSIVOS

info@elmetododicedir.com  
dicedir.es



Escuela de Cambio y Transformación Emocional Ser Persona

**DICEDIR**

## Coaching Transformacional

Programa Formativo acreditado y certificado por A.P.E.N.B.  
La Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia  
A.P.E.N.B. acredita que el curso ha sido auditado y  
acreditado conforme al referencial con el siguiente:  
CÓDIGO CAT:1639/171



DICEDIR incorpora el sentido del desarrollo personal a Gran Senda de Málaga.  
DICEDIR certificado y acreditado por la Asociación Española de Desarrollo Humano, ADESMa.  
Inscrita en el Registro de Asociaciones de Andalucía Número 9102.  
Unidad Registral Sección 1 - Málaga. CIF: G - 93087039  
Registro de la propiedad intelectual por la Consejería de cultura  
de la Junta de Andalucía. Expediente MA-137-15. Nº Registro 201599900273256  
Depósito Legal: AL 179-2018 Copyright 2020 ISBN: 978-84-17396-21-3  
DICEDIR registrado por la oficina española de patentes y marcas (oepm) del Ministerio de Industria,  
Turismo y Comercio, sección de educación; formación; servicios de entretenimiento; actividades culturales.



## Nuestra Propósito

# Nuestra Intención es

## Crear un mundo mejor

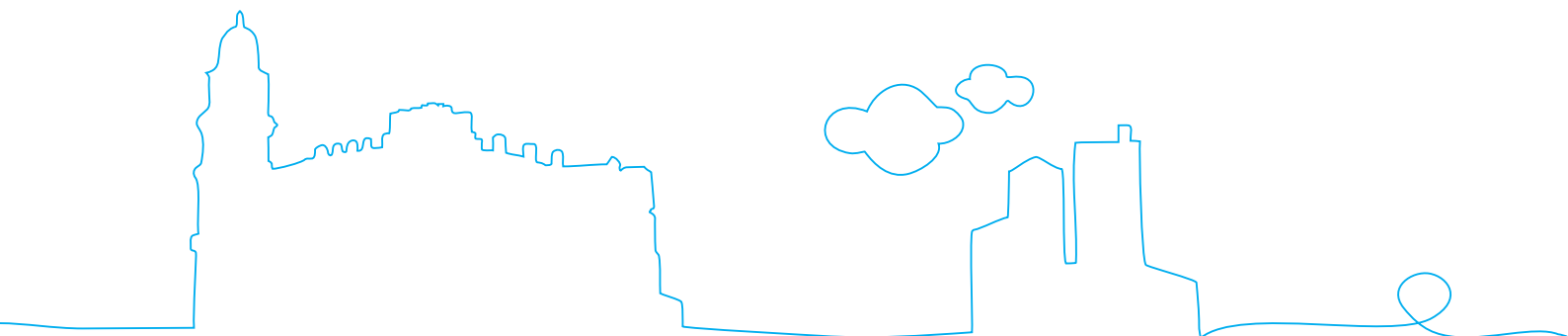
Nuestro propósito e intención principal es acompañar a las personas en un profundo trabajo de cambio y transformación emocional para aprender a quererse, cuidarse, valorarse y respetarse, desde la fase del despertar inicial hasta alcanzar la realización personal.

Nuestra misión es facilitar recursos y herramientas a las personas, para trabajar habilidades y aspectos emocionales, resolver y evitar conflictos ofreciendo nuevas salidas para aprender a vivir de una forma diferente. Nos enfocamos en aquellas personas que debido a diferentes situaciones y circunstancias se encuentran en un estado más vulnerable o necesitan de un apoyo para favorecer su proceso de aceptación y valoración personal a través del autoconocimiento y la toma de consciencia.

Trabajaremos con nuevos hábitos saludables, desde alimentación consciente, meditación, actitudes ante las diferentes áreas y relaciones que mantenemos pero sobre todo llegar a ser los diseñadores de nuestra propia vida e identidad.

Es la formación adecuada para el cambio necesario al que estamos llamados, se abordan percepciones e interpretaciones de la experiencia que nos limitan, para configurar un nuevo esquema de pensamiento, que posibilite a las personas pensar por sí mismas, mediante la práctica de la atención consciente y una profunda autoobservación, inyectando en las personas el poder integrar las técnicas de la gestión emocional para obtener la capacidad de generar automotivación y los recursos necesarios para DECIDIR al cien por cien de compromiso sin dependencia alguna alcanzando el equilibrio y sentido de la vida, tomar conciencia de quién eres realmente, tus posibilidades y limitaciones, descubrir tu talento, pasión y vocación, tratando aspectos que van más allá de lo aparente a través de la intención, decisión, aceptación, la responsabilidad y la interiorización de haber alcanzado la plenitud y el estado de Felicidad.

Comprometidos con la **EDUCACIÓN**  
y las **NECESIDADES SOCIALES**





## ¿Quiénes Somos?

Somos un centro de formación cuya especialidad se encuentra en el sector del Bienestar emocional y el desarrollo humano. Nuestra intención es acompañar a las personas a que desplieguen todo su potencial. Trabajamos con El método DICEDIR que conforma una disciplina flexible para mejorar tu vida continuamente a través de las técnicas de la gestión emocional para obtener la capacidad de generar actitud e iniciativa, automotivación y los recursos necesarios para la toma de decisiones al cien por cien de compromiso sin dependencia alguna alcanzando el triunfo, el equilibrio y sentido de la vida. Tomar conciencia de quien eres realmente, tus posibilidades y limitaciones, tratando aspectos que van más allá de lo aparente a través de la aceptación, la responsabilidad y la integración de haber alcanzado la plenitud y el estado de Tranquilidad.

Nuestro equipo está formado por apasionados profesionales con experiencia en diferentes sectores. Formamos un equipo multidisciplinar, psicólogos, psicoterapeutas y docentes de diferentes áreas de actuación con una experiencia de más de diez años.

A todos nos une un interés vocacional por nuestro trabajo y un espíritu de aprendizaje y mejora continua que nos ayuda a evolucionar personal y profesionalmente.

Nuestras colaboraciones con diferentes compañías y organismos públicos nos avalan. Trabajamos con organizaciones con un alto nivel de exigencia. Nuestra preparación y grado de implicación en los proyectos es cien por cien y de ello deriva nuestro éxito que es el vuestro.

Formamos a expertos para transformar tus situaciones en DECISIONES, alcanzar el equilibrio, la realización y el sentido de la vida para DECIDIR por inspiración

Diseñamos programas formativos a medida, ofreciendo flexibilidad de adaptación en cuanto a la modalidad y el número de horas, según las necesidades del colectivo, empresa o grupo al que se dirijan.

**El método DICEDIR es un sistema innovador de cambio y desarrollo emocional, que aporta entrenamiento y mejora en procesos vitales, es una forma de equilibrar cuerpo, mente y emociones para conocerte a ti mismo, darte cuenta de tus patrones mentales, reconocer creencias limitantes, equilibrar tus emociones, obtener una nueva visión de las situaciones, identificar las oportunidades que se presentan ante el cambio, disfrutar, reinventarte y comenzar nuevamente desde la autenticidad y verdadero sentido de la vida.**

COACHING + INTELIGENCIA EMOCIONAL + P.N.L. + HABILIDADES DIRECTIVAS + ÉXITO  
Y LIDERAZGO + TÉCNICAS DE DINÁMICAS DE GRUPO + TERAPIA +  
PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL + MOTIVACIÓN DE GRUPOS





# DICEDIR



Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
**E. El método DICEDIR**  
Nº: 1639-171

El método DICEDIR es un proceso de desarrollo emocional, social, moral y cognitivo de carácter vivencial, donde se integra el plano más espiritual a través del cuerpo, la mente y las emociones. Constituye un nuevo modelo de trabajo de cambio desde el interior, holístico e integral, incorporando disciplinas como el coaching, la inteligencia emocional, P.N.L., dinámicas de grupo, habilidades directivas, éxito y liderazgo, terapia transpersonal, meditación...

Fue desarrollado en 2010 por el malagueño Alejandro Vega, cuya especialidad es el campo de estudio e investigación de las emociones, pensamientos y las decisiones.

El método **DICEDIR** se lleva a cabo a través de encuentros personalizados de forma individual o grupal, con una metodología práctica y vivencial, para que las personas realicen un trabajo profundo de cambio y desarrollo personal donde descubran el mecanismo de sus pensamientos y puedan gestionar sus emociones, modificar aspectos de su personalidad conociendo su identidad, su talento, sus valores, potenciando sus habilidades sociales, comprendiendo procesos vitales y trascendentes de los seres humanos, a través de una reeducación que fomente la actitud meditativa y el desarrollo de todo el potencial. En la actualidad representa una escuela moderna y sistema educativo centrando su proceso en tres pilares fundamentales: la intención, la decisión y la responsabilidad, que se corresponden con el plano del cuerpo, la mente y las emociones conformando un sistema completo, para favorecer el bienestar físico, mental y espiritual.

## Trabajamos con:

**EMOCIONES:** para aprender a pasar del estrés y la ansiedad a la calma y serenidad. Para tomar conciencia de nuestros miedos, cuál es nuestra contribución y parte de responsabilidad, adquirir confianza plena, abundancia, merecimiento, plenitud y tranquilidad.

**RECUERDOS:** para disolver las situaciones que nos mantienen estancados en el pasado y ver el mundo con otros ojos.

**PENSAMIENTOS:** para cambiar aquellos que nos limitan y potenciar los que nos impulsan, encontrar solución a aquellas situaciones que aparentemente no tienen salida y ves como imposible.

**DECISIONES:** para tomar las decisiones adecuadas, resolver conflictos, saber como aumentar nuestra autoestima y alcanzar todo aquello que te propongas, generando actitud e iniciativa.



Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
**E. El método Dicedir**  
Nº: 1639-171

# El método **DICEDIR**

Un método para implantar el triunfo y el éxito como estilo de vida, transformar tus situaciones en DECISIONES, alcanzar el equilibrio, la realización y el sentido de la vida.

Consiste en integrar las técnicas de la gestión emocional para obtener la capacidad de generar automotivación y los recursos necesarios para la toma de decisiones al cien por cien de compromiso sin dependencia alguna alcanzando el triunfo, la realización y el sentido de la vida.

Su principal objetivo es alcanzar el equilibrio y sentido de la vida, tomar conciencia de quien eres realmente, tus posibilidades y limitaciones, tratando aspectos que van más allá de lo aparente a través de la aceptación, la responsabilidad y la integración de haber alcanzado la plenitud y el estado de Tranquilidad.

Constituye una disciplina flexible para mejorar tu vida continuamente, mediante el autodescubrimiento, trabajar con las emociones, pensamientos, limitaciones, el talento, en el sector de las relaciones humanas, equipos de trabajo, parejas, familias, de forma individual y grupal, resolución de conflictos, generando actitud e iniciativa. Metas y objetivos, encontrar la autorrealización y el bienestar a través de la toma de conciencia.

A través de su proceso te vas a dar cuenta de esos patrones de pensamiento que están impidiéndote conseguir lo que realmente quieres y provocan que se repitan siempre las mismas situaciones. Su metodología es totalmente experimental y práctica. Es un viaje que va desde la dependencia, pasando por la independencia y culmina en la libertad personal alcanzando la completitud. Durante su proceso vas a descubrir quién eres realmente, qué quieres y qué puedes hacer ante cada situación. Vas a centrar tu vida y tus energías cada vez más, en ser, desapegándote de tener, poseer, alcanzar, soltando los detalles del ego, aprendiendo el manejo de las emociones para pasar del estrés y la ansiedad a la calma y serenidad.

**DICEDIR es una disciplina  
flexible para mejorar tu vida  
continuamente**





Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
E. El método DICEDIR  
Nº: 1639-171

# El método **DICEDIR**

**Su estructura está dividida en tres niveles:**

- **Primer Nivel, Básico:** en este nivel se trabajan los recursos y herramientas para configurar la personalidad generando actitud e iniciativa. Se abordan percepciones e interpretaciones de la experiencia que limitan la realidad, para configurar un nuevo esquema de pensamiento, que posibilite a las personas pensar por sí mismas, mediante la práctica de la atención consciente y una profunda autoobservación.



- **Segundo Nivel, Avanzado:** trabaja "las relaciones", desarrollando las habilidades sociales adquiridas en el primer nivel en una interacción con las demás personas. Tratando la resolución de conflictos desde la comprensión de su origen, herencia genética y emocional, comunicación con eficacia a través de los canales sensoriales, mentales y corporales. Este nivel está basado en el autoconocimiento, descubriendo "Quién eres realmente" uniendo la función, con la pasión y la vocación, desde un acompañamiento equilibrado y una adecuada gestión del cambio para poder reproducirlo a cualquier área de la vida personal o profesional.

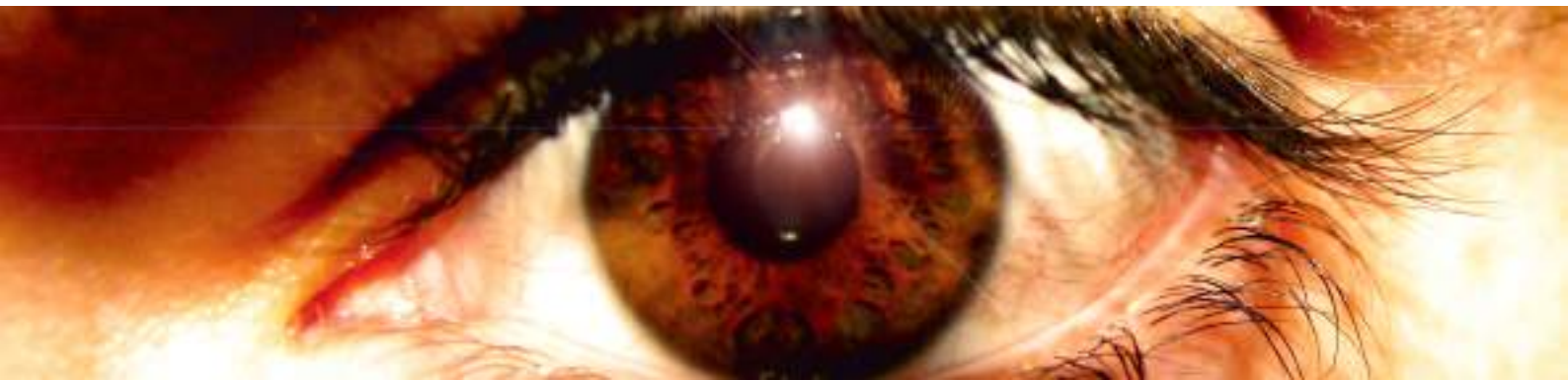




Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
**E. El método DICEDIR**  
Nº: 1639-171

## El método **DICEDIR**

- **Tercer Nivel, Profundo:** en este nivel se exploran aspectos más espirituales de la conciencia humana; como el silencio, la contemplación, el proceso de enfermedad y su sanación, el tránsito de la vida y la muerte, la dualidad de la mente y el estado de aceptación y felicidad. Se aborda lo intangible desde la toma de conciencia y las emociones. Combinando conocimientos de diferentes disciplinas con el pensamiento elevado para sanar aspectos psicológicos facilitando así el crecimiento y expansión de la conciencia.



En resumen El método **DICEDIR** constituye un profundo proceso de cambio y desarrollo holístico e integral que combina conocimientos de diferentes culturas, disciplinas y científicos con aspectos más trascendentes del ser humano, como la espiritualidad y el estado de felicidad. Se presenta como un conjunto de herramientas que se unen para configurar una estructura única, en la que cada módulo es consecuencia de la integración del que le precede. El método **DICEDIR** basa su importancia en el orden establecido y la consecución de los conceptos de su sistema que conducen a fomentar el grado cognitivo para la expansión de la conciencia. Constituye un proceso de desarrollo emocional, social, moral y cognitivo con el objetivo de alcanzar la toma de conciencia e implantar el equilibrio, estado de tranquilidad, para trascender el ego y alcanzar el sentido de la vida.





Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
**E. El método DICODEIR**  
Nº: 1639-171

# El maestro **DICODEIR**

El maestro **DICODEIR** es un proceso de desarrollo y realización personal para la expansión de la consciencia humana y la liberación de la culpabilidad y el exceso de cargas, en el que se integra el plano más espiritual a través del cuerpo, la mente y las emociones en una interacción con un ambiente cambiante. Constituye un nuevo modelo de trabajo de cambio y sanación desde el interior, holístico e integral, para acompañar a aquellas personas que se han elegido para atravesar el dolor, rescatarse y poder vivir una transformación encaminando sus vidas hacia el sentido o hacia la felicidad.

Fue desarrollado en 2017 por Alejandro Vega, cuya especialidad, vocación y dedicación es el campo de estudio e investigación de su propia historia, y la traducción de las experiencias, los pensamientos, los recuerdos, las emociones y las decisiones en mecanismos para llegar a ser cada vez más persona.

El maestro **DICODEIR** se lleva a cabo a través de encuentros personalizados de forma individual o grupal, con una metodología práctica y vivencial, para que las personas realicen un profundo trabajo de cambio y desarrollo personal en el que descubran el mecanismo de sus pensamientos y puedan gestionar sus emociones y modificar aspectos de su personalidad conociendo su identidad, sus dones, su talento y sus valores, potenciando sus habilidades sociales y comprendiendo procesos vitales y trascendentes de los seres humanos, a través de una reeducación que fomente la actitud meditativa y el desarrollo de todo el potencial para alcanzar el estado interno de aceptación y tranquilidad. En la actualidad representa una escuela y sistema educativo moderno, que centra su proceso en tres pilares fundamentales: la intención, la decisión y la responsabilidad, que a su vez se corresponden con el plano del cuerpo, la mente y las emociones conformando un sistema completo, para favorecer el bienestar físico, mental y espiritual.

Una vez que las personas comienzan el proceso de transformación del maestro **DICODEIR** se denominan Embajadores **DICODEIR**; los maestros se proclamarán a partir del tercer nivel, cuando cada uno de ellos lo sienta.





Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
E. El método DICEDIR  
Nº: 1639-171

# El maestro **DICEDIR**

**Su estructura está dividida en tres niveles:**

**— Primer Nivel. Aprendiz de la VIDA.**

Técnicas y pilares para la maestría personal. En este nivel se trabajan los recursos y herramientas poderosas para llegar a ser un auténtico maestro siendo un Aprendiz de la VIDA. Se abordan las situaciones y circunstancias desde la comprensión del origen emocional, cómo vivir desde la Intención Perfecta y aprender a relacionarnos con los demás desde ese lugar; se supera el mecanismo de la dependencia y la necesidad para poder dar paso a la libertad personal, así como las percepciones e interpretaciones de la experiencia que limitan la realidad, para configurar un nuevo esquema de pensamiento que posibilite a las personas pensar por sí mismas, mediante la práctica de la atención consciente y una profunda autoobservación. Se trabajan los extremos, así como el engranaje que nos lleva a vivir al límite una y otra vez, con la intención de alcanzar el equilibrio y estabilidad. Es de especial relevancia destacar el abismal trabajo con los rechazos para incorporar la aceptación, así como llegar a ser testigos de los fenómenos emocionales y cognitivos que acontecen en nuestro interior. Una de las fases de este procedimiento consiste en ocupar nuestro lugar en cada una de las áreas y relaciones para encaminar nuestra vida garantizando la felicidad, haciendo uso de técnicas para la transformación que nos permitirán trabajar con los regalos de la herencia y así poder reparar y rescatar la tendencia del pasado. Además descubriremos las huellas que deja la información bajo la disciplina REDES, siguiendo su estela y descifrando su secuencia para poder frenar el sufrimiento y convertirlo en oportunidades de cambio, dilatando y fortaleciendo la sensibilidad necesaria para hacer uso de la intuición.



[www.dicedir.es](http://www.dicedir.es) • [info@elmetododicedir.com](mailto:info@elmetododicedir.com)





Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
E. El método DICEDIR  
Nº: 1639-171

# El maestro **DICEDIR**

## — Segundo Nivel. Despierta al poderoso durmiente que hay en tu interior.

Mecanismos para la grandeza. El comienzo de este nivel está enmarcado por el último trabajo que realizaremos con el pasado para sanar las heridas de la infancia, causadas por la historia anterior y familiar y la herencia intergeneracional genética y emocional, que hipotecan las etapas posteriores condicionando nuestro presente y la dirección de los acontecimientos hacia el futuro. Desarrollaremos así las habilidades instaladas en el primer nivel, en una interacción con las demás personas. En este periodo nos encontramos con una pieza clave del proceso: tratar el valor personal para asentarlo e incorporarlo. Nos adentraremos en la disolución del control continuo desacoplando sus componentes esenciales y reciclando sus funciones. Una vez más, incluimos el autoconocimiento en este magistral proceso, el descubrimiento de quiénes somos realmente, uniendo la función con la pasión y la vocación, desde un acompañamiento equilibrado y una adecuada gestión del cambio para poder reproducirlo en cualquier área de la vida personal o profesional.

Elevaremos nuestra vida con un cambio notable y tangible en los escenarios físicos, ya que permitiremos el flujo de la abundancia con todas sus consecuencias, conoceremos un instrumento de separación eficaz para poder realizar un adecuado acompañamiento sin que nos perjudique. Nos aventuraremos a conocer los mecanismos del sexo, adentrándonos en un trabajo que relaciona heridas de la infancia, dones, enamoramiento, padres, parejas e hijos para poder llegar al concepto sano de Amor y libertad.





Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
**CURSO ACREDITADO**  
E. El método Dicedir  
Nº: 1639-171

# El maestro **DICEDIR**

## —Tercer Nivel. Descubre el sentido más allá de la felicidad.

Transformación. En este nivel se exploran aspectos más espirituales de la conciencia humana, cómo hacer del ego un aliado que ocupa su lugar desde el silencio y la contemplación; abordaremos la probabilidad para aprender a aumentar y dilatar su alcance, al igual que el poder de la magia haciendo uso de todo lo interiorizado, para crear "simple mente" desde el valor realizando un reajuste del enfoque y del merecimiento personal. Nos implicaremos en potenciar y fortalecer la habilidad de la intuición, así como aprender a utilizar los sueños para desplegar aún más el poder personal latente y sanar el cuerpo. Como punto clave del proceso, la enfermedad y su sanación, así como las grandes causas emocionales que generan todo el abanico de disfunciones que conocemos.

Otro estadio relevante llega cuando nos adentramos en el concepto espacio-tiempo al abordar la Inteligencia Temporal Cognitiva, para hacer de él un artilugio que trabaje a favor del bienestar físico, mental, emocional y espiritual. Alimentaremos el proceso con valiosas píldoras formativas para hacer de la nutrición un hábito consciente. Desmontaremos el sufrimiento siendo conscientes de cada uno de sus elementos principales para reprogramarnos y encumbramos el proceso finalizando los juicios que provocan condenas, el tránsito de la vida y la muerte, el verdadero significado de aprender a morir, así como la bipartición de la mente dual, y aquí encontraremos la encrucijada entre el sentido y la felicidad, un universo que va más allá de las emociones. Acabaremos sumergiéndonos en lo más profundo del océano, más allá de las emociones, con la intención de recuperar la mente simple y la presencia, volver a respirar y vivir.

Se aborda lo intangible con el pensamiento elevado para sanar aspectos psicológicos y facilitar así el crecimiento y expansión de la conciencia. Además, bajo cada uno de los módulos encontramos todo un guion de temas subyacentes que constituyen la gran experiencia del ser en humano.



El método **DICEDIR** ha significado todo un proceso de andamiaje, de montar andamios, necesario para la gran construcción que vamos a realizar...

Me dedico a ser feliz para hacer felices e inspirar a otros.





# Metodología

Su realización se llevará a cabo a través de la experimentación utilizando una gran variedad de técnicas mediante dinámicas de innovación con la intención de que el curso signifique un antes y un después en tu vida.

Lo que realmente se pretende es conseguir el éxito siendo los propios individuos los que gestionan sus emociones y pensamientos, se encargan de la resolución de conflictos etc. Esta capacidad de autogestión y automotivación es la que va a marcar la diferencia entre aquellos individuos y organizaciones que evolucionan adecuadamente y los que se quedan estancados. Es necesario hacer una profunda reestructuración en el ámbito personal y empresarial. El cambio no está orientado a hacer una restauración de la estructura de la organización, sino en reprogramar la forma de pensar y las actitudes de los miembros que la forman ya que la brillantez académica no es la que conduce a la felicidad, tanto en el campo de la realización personal como en el rendimiento de la empresa.

La metodología experimental es una fase de especial importancia para el método **DICEDIR**, ya que es el procedimiento que permite la comprobación y eficacia de sus teorías, en el campo de actuación necesario para reforzar su contenido. A través de la metodología experimental se recrean situaciones de forma artificial, con el objetivo de vivenciar los fenómenos emocionales y cognitivos bajo las mismas condiciones que suceden en la realidad, basando su comprobación en la aplicación de su eficacia y autenticidad en la vida real.

La metodología **DICEDIR** centra su aprendizaje en acallar la mente pensante y frenar la mecánica racional, ofreciendo la oportunidad de apertura al plano emocional, ya que conservamos en la memoria de forma permanente aquello que nos hizo sentir.

## El aprendizaje es totalmente Práctico y Vivencial





## A quién va dirigida

---

La Formación en el método **DICEDIR** se dirige a aquellas personas que se sienten útiles en el apoyo psicológico y emocional de otras.

A cualquier persona que haya encontrado su vocación en estas competencias, a cualquier profesional que su disciplina tenga relación con las prácticas de manejo y gestión emocional.

Formadores, Psicólogos, Coachees, Pedagogos, Profesores, Educadores, Instructores, a personas que tienen trabajos relacionados con la docencia, mandos intermedios, equipos directivos, relaciones públicas, profesionales liberales, recursos humanos, así como a personas que por las relaciones humanas que mantengan estén interesadas en descubrir cuestiones relacionadas con la gestión emocional.

Profesionales con experiencia en la gestión de personal y en las relaciones laborales, especialmente en el departamento de Dirección y Gestión de Personal, y por otra parte a titulados universitarios, Abogados, Graduados Sociales o Diplomados en Relaciones Laborales.

En definitiva, está dirigida a aquellas personas que quieren tener un éxito notable en su entorno personal y profesional y les apasiona el transmitir, la servicialidad, y compartir el bienestar.

Para acceder al método **DICEDIR** no es necesario haber realizado estudios específicos. A la hora de realizar la selección de solicitudes, valoramos el camino transitado por la persona en el desarrollo personal, así como el impulso vocacional para acompañar a otros en su proceso de búsqueda hacia la completitud y la lucidez.



FÓRMATE PARA ACOMPAÑAR A OTROS  
EN SU PROCESO DE CAMBIO Y TRANSFORMACIÓN





## Beneficios

---

Integrar el proceso de una decisión adecuada al cien por cien de compromiso para implantar seguridad y confianza aprendiendo a regular nuestro clima emocional.

Tomar conciencia de las propias limitaciones, de nuestra parte de responsabilidad para disolver las quejas y liberarnos de la dependencia y la necesidad.

Identificar las emociones para observar su influencia y contribución en nuestras decisiones.

Desarrollar todo el potencial integral para conseguir un equilibrio entre tu vida personal y profesional.

Generar actitud e iniciativa y la capacidad de automotivación en cada una de las áreas y relaciones de nuestra vida.

Trabajar con los pensamientos y creencias que nos limitan, aprendiendo a resolver conflictos en el interior y dejar de pretender solucionarlos en el exterior.

Encontrar tu talento, función y pasión a través de un proceso de descubrimiento para lograr unir tu economía con tu vocación.

Aprender como regular el control continuo e incorporar el confiar.

Experimentar el sentido de quererte, cuidarte, valorarte y respetarte, para afianzar tu identidad, merecimiento hacia ti y los demás.

Aplicación de las técnicas de la gestión emocional para la eficacia y productividad de la organización, empresa, familia o relación.

Desarrollar los horizontes creativos para innovar en tu crecimiento personal y despertar el potencial a la hora de generar tus propios recursos.

Aprender el arte de la comunicación y crear equipo desde un liderazgo compartido. Autoconocimiento, satisfacción personal y laboral, autocontrol, empatía, acción, éxito, inspiración y tranquilidad.

Alcanzar el equilibrio y sentido de la vida, tomar conciencia de quien eres realmente, tus posibilidades y limitaciones, tratando aspectos que van más allá de lo aparente a través de la aceptación, la responsabilidad y la integración de haber alcanzado la plenitud y el estado de Felicidad.





# DICEDIR

## ¡El Gran Cambio de tu **VIDA!**



Escuela de Cambio y  
Transformación Emocional  
**Ser Persona**  
de Alejandro VEGA y  
Mariángeles NARVÁEZ

**PROGRAMAS EXPERIENCIALES  
DE DESARROLLO PERSONAL**  
FORMACIONES, CURSOS,  
TALLERES, EVENTOS E INTENSIVOS

Un profundo trabajo de Cambio y  
Trans-formación Emocional.  
Para aprender a Quererte,  
Cuidarte, Valorarte y Respetarte,  
descubrir quién realmente eres,  
tu talento, pasión y vocación,  
VIVIR con sentido y alcanzar  
el estado de FELICIDAD

DICEDIR

**La primera carrera de estudios  
especializada en desarrollo  
personal y Cambio y  
Transformación Emocional**

Facilitadores de bienestar,  
salud emocional y Felicidad

Trabajamos con conflictos reales,  
de situaciones reales, de personas  
reales ofreciendo infinitas opciones  
y soluciones

Telf: 951 137 091

Alejandro VEGA

Inspirador de una nueva conciencia



[www.dicedir.es](http://www.dicedir.es) • [info@elmetododicedir.com](mailto:info@elmetododicedir.com)



# DICEDIR



¿Te interesa profundizar en la consciencia?

¿Es prioridad tu crecimiento personal?

¿Te apasiona el conocimiento emocional?

Si sientes el impulso vocacional para acompañar a los demás

Si estás comprometido con la evolución de la consciencia

y tu intención es crear un mundo mejor

¡Ya es una realidad!

**La primera Carrera de Estudios  
especializada en Desarrollo Personal  
y Cambio y Transformación Emocional**



Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
CURSO ACREDITADO  
E. El método DICEDIR  
Nº: 1639-171



Asociación Profesional Española  
de Naturopatía y Bioterapia  
CENTRO ASOCIADO

**4 años de Profundo Trabajo Interior**

**60 asignaturas distribuidas en  
5 Niveles Formativos  
a través de grupos de  
Estudios Especializados**



Asociación Española de Desarrollo Humano



Gran  
Senda  
de Málaga

**Metodología Práctica y Experiencial**

**Primero tu Realización Personal  
Después tu Despliegue Profesional**

**Una auténtica Preparación y  
una nueva Educación para la VIDA**

**El método es para Ti y  
el maestro para Acompañar y Transmitir**

# DICEDIR

La primera carrera de estudios especializada en Desarrollo Personal  
y Cambio y Transformación Emocional  
de Alejandro VEGA y Mari Ángeles NARVÁEZ



Está compuesto por El método + El maestro

## NIVEL 0 ITINERARIO DE EMOCIONES FASE DE PREPARACIÓN

..... micro-FORMACIÓN Inteligencia Emocional  
Fase de preparación para el Programa Intensivo Experiencial  
¡El Gran Cambio de mi **VIDA**!  
Duración: 3 meses



## NIVEL 1 INTENSIVO

Programa Intensivo Experiencial  
¡El Gran Cambio de mi **VIDA**!  
Duración: 6 días

## DESPERTAR INICIAL



## NIVEL 2 micro-FORMACIÓN

Educador Emocional  
Cómo aplicar la Inteligencia Emocional  
Recursos, habilidades y herramientas para acompañar a los demás  
Duración: 2 días

## MÁS RECURSOS



## NIVEL 3 FORMACIÓN

El método **DICEDIR** ¡El Gran Cambio de mi **VIDA**!  
Programa Formativo Experiencial  
Experto en desarrollo personal  
Coaching Transformacional  
Duración: 9 meses  
• **1º Nivel BÁSICO:** Recursos y herramientas  
Cuerpo - Intención  
• **2º Nivel AVANZADO:** Coherencia y equilibrio en las relaciones  
Mente - Decisión  
• **3º Nivel PROFUNDO:** Reconexión  
Emoción - Responsabilidad

## El método **DICEDIR**



## NIVEL 4 TRANS-FORMACIÓN

El maestro **DICEDIR**  
Programa Formativo Experiencial  
Acompañante en procesos de Cambio y Transformación Emocional  
Coaching Transformacional  
• **1º Nivel: El maestro DICEDIR. Aprendiz de la VIDA**  
Técnicas y pilares para la maestría personal  
Duración: 11 meses  
• **2º Nivel: El maestro DICEDIR. Despierta al poderoso durmiente que hay en tu interior**  
Libera tus mecanismos para la grandeza  
Duración: 8 meses  
• **3º Nivel: El maestro DICEDIR Transformación**  
Descubre el sentido más allá de la felicidad  
Duración: 11 meses

## El maestro **DICEDIR**



## Descripción **DETALLADA**

### **TÍTULO DEL PROGRAMA FORMATIVO:**

**DICEDIR** Está compuesto por El método + El maestro  
Experto en Desarrollo Personal  
Acompañante en Procesos de Cambio y Transformación Emocional  
Coaching Transformacional

### **DURACIÓN TOTAL DEL PROGRAMA FORMATIVO:**

560 horas presenciales  
440 horas de formación  
120 horas de Terapia grupal

|                               |                                                      |
|-------------------------------|------------------------------------------------------|
| <b>Nivel 0:</b> 24 horas..... | 12 módulos de 2 horas                                |
| <b>Nivel 1:</b> 48 horas      | 6 módulos de 8 horas                                 |
| <b>Nivel 2:</b> 16 horas      | 2 módulos de 8 horas                                 |
| <b>Nivel 3:</b> 112 horas     | 28 módulos de 4 horas                                |
| <b>Nivel 4:</b> 360 horas     | 30 módulos distribuidos en 2 jornadas de 8 y 4 horas |

### **DETALLE TIPOS DE HORAS Y MODALIDADES DEL PROGRAMA FORMATIVO:**

#### **CLASES PRESENCIALES:**

560 horas de clases presenciales, estructuradas en 78 módulos de 8, 4 y 2 horas cada uno de ellos, repartidos en 38 jornadas de 8 horas y 58 jornadas de 4 horas y 12 jornadas de 2 horas.

Un acompañamiento y proceso de cambio no es una cuestión rígida sino que se encuentra en constante movimiento y dinamismo ya que influye la integración de la persona con sus circunstancias presentes por lo que en cada uno de los niveles es posible y suele ocurrir que se incluyan módulos simple mente para interiorizar lo que se ha trabajado anteriormente, sin avanzar en materia pero es necesario para poder continuar. Por ello incluimos módulos extras en algunos de los niveles según lo requieran los alumnos dependiendo de su nivel de conciencia.

Nivel 3: posiblemente se incorporen 4 módulos más de 4 horas cada uno, durante todo el proceso, lo que significaría un incremento de 16 horas más.

Nivel 4: posiblemente se incorporen 3 módulos más de 8 horas, durante todo el proceso, lo que significaría un incremento de 24 horas más.

|                           |                                                      |
|---------------------------|------------------------------------------------------|
| <b>Nivel 3:</b> 112 horas | 28 módulos de 4 horas + 4 módulos de integración     |
| <b>Nivel 4:</b> 360 horas | 30 módulos de 8 y 4 horas + 3 módulos de integración |

Número de horas del proceso completo en teoría: 560 horas.

**Número de horas del proceso completo real y muy aproximado: 600 horas.**





## Descripción **DETALLADA**

**EVALUACIÓN:** El objetivo principal de la formación es la integración de la formación en sí misma. La evaluación se realizará de forma continuada durante todo el proceso y al acabar se realizará un encuentro final que consta de dos partes; una de ellas se dirige a aquellas personas que quieran obtener el título de "Experto en Desarrollo Personal. Acompañante en Procesos de Cambio y Transformación Emocional. Coaching Transformacional" y consiste en dos exámenes teóricos que podrán responder de forma tranquila en casa.

En el examen A se abordan los contenidos de los manuales de formación "DICEDIR: El método y El maestro" y el examen B consta de cada una de las disciplinas que acompañan al proceso. Cada examen contiene preguntas de aplicación práctica por lo que no consiste en retener información y memorizarla sino que ha de ser interiorizada.

**SISTEMA ESTABLECIDO PARA EL CONTROL DE ASISTENCIA Y SUPERACIÓN DE PRUEBAS:** No tenemos ningún tipo de control de asistencia ya que la implicación es un parámetro necesario e indispensable que se valora desde la entrevista inicial, y solo acceden aquellos que realmente están comprometidos con ellos mismos y van a acabar lo que han comenzado.

Además de los exámenes teóricos la evaluación consta de unos parámetros a tener en cuenta:

**Compromiso** que se ha adquirido con uno mismo.

**Responsabilidad** en cada acontecimiento de tu vida, observando cuál ha sido su contribución.

**Integración** de cada una de las herramientas y aplicación de la explicación.

**Exposiciones** durante toda la acción formativa tanto a la hora de explicar un tema así como cada una de las intervenciones realizadas, evaluando la forma de transmitir y la impecabilidad.

Los **trabajos realizados**, su calidad e integración de los contenidos expuestos. Se entregará una tabla a cada alumno después de la fecha del examen para que cada uno se autoevalúe y poder contrastar sus calificaciones con las expuestas por los maestros.





## Descripción **DETALLADA**

En dicha tabla se exponen las puntuaciones de cada uno de los parámetros y requisitos mínimos para la capacitación como “Experto en Desarrollo Personal. Acompañante en Procesos de Cambio y Transformación Emocional. Coaching Transformacional ” de manera que si un alumno obtiene un 10 en cada examen corresponde a un 4 en la nota final, es decir 2 puntos por cada examen.

**Compromiso 1,  
Responsabilidad 1,  
Integración 2,  
Exposiciones 1,  
Trabajos realizados y entregados 1.**

No obstante la evaluación se realizará en base a la integración, siendo éste el parámetro más importante, por lo que la tabla de evaluación es una guía que sirve como termómetro para mejorar.

Los alumnos que no hayan superado los mínimos y quieran adquirir la capacitación necesaria podrán matricularse en la siguiente formación, aportando las tasas y no podrán presentarse a examen teórico hasta final de la formación que comienzan.

Te capacita para acompañar a otros en su proceso de autodescubrimiento, trabajar con las emociones, pensamientos, limitaciones, talento, actitud, en el sector de las relaciones humanas; equipos de trabajo, parejas, familias, de forma individual y grupal, resolución de conflictos, generando actitud e iniciativa. Metas y objetivos, sentido de la vida, encontrar la autorrealización y el bienestar a través de la toma de conciencia.

Realizar acompañamientos individuales y grupales tal y como se establecen en la formación. Según el nivel de capacitación adquirida.

Formar parte de un equipo de profesionales donde se recibe apoyo de todo el equipo. Presentar actualizaciones para mejora del proyecto de investigación.

Trabajamos las herramientas que conducen al éxito personal y profesional. Siempre a tener en cuenta que trabajamos con personas en estado de conciencia.

### **PROCESO DE ADMISIÓN Ó NO ADMISIÓN DE ALUMNOS**

Para acceder a **DICEDIR** no es necesario haber realizado estudios específicos.

A la hora de realizar la selección de solicitudes, valoramos el camino transitado por la persona en el desarrollo personal, así como el impulso vocacional para acompañar a otros en su proceso de búsqueda hacia la completitud y la lucidez.





# Contenidos de la **Acción FORMATIVA**

## El método **DICEDIR** El maestro **DICEDIR**

### **PRIMER NIVEL: BÁSICO RECURSOS Y HERRAMIENTAS CUERPO - INTENCIÓN**

Niveles de Compromiso 2  
Decisiones y Consecuencias 4  
Víctimas y Responsables 6  
Los dos motores del mundo; el Amor y el Miedo 8  
Las músicas de tu vida 10  
Las 9 relaciones 12  
Las creencias 14  
El perdón 16  
Cambio de personalidad 18  
Mi niño interior 20

### **PRIMER NIVEL: APRENDIZ DE LA VIDA TÉCNICAS Y PILARES PARA LA MAESTRÍA PERSONAL**

0 El Origen  
1 La Intención PERFECTA  
3 **DICEDIR**  
5 Dependencia y Necesidad  
7 Ángeles y Demonios  
9 Emociones y Sentimientos  
11 La Conciencia  
13 Maestro ocupa tu lugar  
15 Herencia, Tendencia, miedos y Certezas  
17 Rechazos, Registros y Sombras  
19 Educar sin castigar

### **SEGUNDO NIVEL: AVANZADO RELACIONES MENTE - DECISIÓN**

¿Quién realmente soy? 22  
La confianza 24  
Desapego e incertidumbre elegida 26  
La comprensión 28  
Relaciones de pareja 30  
Los espejos 32  
Los roles 34  
Los conflictos 36

### **SEGUNDO NIVEL: DESPIERTA AL PODEROSO DURMIENTE QUE HAY EN TU INTERIOR MECANISMOS PARA LA GRANDEZA**

21 La Familia, el Amor y las raíces de la sangre  
23 La Fuerza y el Valor de tu Poder Personal  
25 Mentiras y Estrategias  
27 mente POBRE, mente RICA: La Abundancia  
29 Intuición y Empatía  
31 Te Quiero porque me Quiero  
33 Mecánica del sexo  
35 Acompañar: Preguntar sin Insinuar

### **TERCER NIVEL: PROFUNDO RECONEXIÓN EMOCIÓN - RESPONSABILIDAD**

El enfoque 38  
Las repeticiones 40  
Las creaciones 42  
La gratitud 44  
Sonríe 46  
Aquí y ahora 48  
Silencio y contemplación 50  
El bien y el mal. La no dualidad 52  
El permiso 54  
La felicidad 56

### **TERCER NIVEL: DESCUBRE EL SENTIDO MÁS ALLÁ DE LA FELICIDAD TRANSFORMACIÓN.**

37 Ego  
39 Mi número 23  
41 El poder de la Magia  
43 Sueña  
45 Ser Positivo  
47 Inteligencia Temporal Cognitiva  
49 Fluir o sufrir  
51 Juicios y condenas  
53 Aprender a morir  
55 Simple mente Presencia  
57 Respirar y VIVIR



## Datos personales



- Experto en Inteligencia Emocional
- Postgrado en P.N.L.
- Técnico Superior en Dinámicas de grupo
- Master en Coaching profesional empresarial y personal
- Coach CPC acreditado por ASESICO
- Experto en Naturopatía
- Formador de formadores
- Autor del libro El método DICE DIR
- Creador del método DICE DIR
- Autor del libro Claves de Acceso
- Autor del libro La Creatividad
- Autor del libro Caminar con Sentido
- Director de la Escuela de Cambio y Transformación Emocional Ser Persona



Mi nombre es Alejandro VEGA y mi vocación, dedicación y pasión es acompañar a los demás a que alcancen la realización, tranquilidad y sentido de la vida.

Creo firmemente que es posible el cambio en tu vida y que te mereces DECIDIR marcar una diferencia y crear un nuevo comienzo hacia un mañana aún mejor.

Soy una persona plenamente FELIZ que ha decidido compartir su creatividad y su entusiasmo transmitiendo la forma en que la vida ha entrado a través de mí

He prometido querermme, cuidarme, valorarme y respetarme Pase lo que pase mostrando un Sí a la VIDA.

## Área Personal



- Terapeuta Transpersonal
- Experta en Inteligencia Emocional
- Postgrado en P.N.L.
- Master en Coaching profesional empresarial y personal
- Formador de formadores
- Directora del Centro de Bienestar y Desarrollo Humano Ser Persona
- Presidenta de la Asociación Española de Desarrollo Humano

Mi trabajo consiste en acompañarte amorosamente para que veas las áreas problemáticas ("dónde te perdiste"), los mecanismos del ego y los patrones mentales y apoyarte mientras sucede el "darse cuenta", y darte las herramientas para que puedas transformar tu dolor y sufrimiento, tu depresión y angustia, los celos, la ira contenida, la insatisfacción y todos los aspectos opuestos que se estén manifestando en tu vida, en una oportunidad de crecimiento y avance espiritual más allá de lo que tu mismo crees.

**SÍ**

# Escuela de Cambio y Transformación Emocional Ser Persona

de Alejandro VEGA y Mari Ángeles NARVÁEZ

PROGRAMAS EXPERIENCIALES DE DESARROLLO PERSONAL  
FORMACIONES, CURSOS, TALLERES, EVENTOS E INTENSIVOS