

PRESENTACION DINAMICA PLUS

Empodérate tu mismo, con tus valores y los elementos

La dinámica PLUS y la autoevaluación elemental

PRESENTACIÓN:

En la dinámica **PLUS** el juego se convierte en una **herramienta de AUTO-COACHING** o autogestión emocional personal, adaptable y práctica. El reto que nos proponemos, es a la vez que complejo, **atrevido**, y esto es lo que lo hace interesante, siempre y cuando, detrás del que lo disfrute esté el **interés real de empoderarse y crecer**, para acercarse a la mejor versión de sí mismo **sin depender de nadie más**, con lo que esto implica, de reto y atrevimiento:

El reto, un proceso de autoevaluación como éste requiere una predisposición personal al hacerlo desde **la máxima neutralidad y con actitud crítica**, ya que nos implica personalmente y por ello podemos condicionar el resultado.

El atrevimiento es que podemos hacer un proceso de **autoevaluación y auto-coaching personal**, nosotros mismos, **solos**, sin los condicionantes de depender de los demás y además **nos permite disfrutarlo** en nuestro entorno, familiar, pareja, compañeros, y grupos de trabajo o deporte.

La dinámica **PLUS** empieza con **la partida básica individual**, aquí la referencia de juego son los **8 valores prioritarios, más los elementos y las predeterminaciones astrológicas de éstos**, que a partir de **una metodología propia** y de las fichas **ODA**, nos permite convertir el juego inicial en una sesión de **auto-coaching** personal e individual.

Las fichas ODA, contienen las interacciones **a partir de los valores, los elementos y sus predeterminaciones astrológicas** con las causas que nos preocupan y las sugerencias de corrección que podemos escoger o determinar cómo acciones de cambio

El juego desde aquí se convierte en una **herramienta de vida** que nos permite acercarnos a nuestra mejor versión, a partir de **una dinámica singular y única** que nos abre un proceso de reflexión y cambio; aquí nuestra herramienta y metodología se convierten en especiales para:

- **Buscadores/as inquietos**, que no se conforman, que necesitan o quieren ser los únicos protagonistas en sus vidas, siempre y desde el compromiso y la acción. Recuerda, solo la acción determina el cambio.
- **Equipos sociales, deportivos y o empresariales**. Con la misma metodología también nos permite el análisis y consiguiente reflexión para equipos que estén en desequilibrios, o búsqueda de nuevas oportunidades de cohesión y eficiencia, a partir del compromiso y la acción.

En la búsqueda de nuestra mejor versión, debemos de interesarnos y preocuparnos por la alineación y la coherencia de nuestros valores con nuestros pensamientos, actitud y conducta diaria. **Recuerda que la incongruencia con tus valores personales acaba afectándote, mental, emocional y físicamente.**

OBJECTIVOS DE LA PARTIDA PLUS.

Los objetivos de la partida PLUS es que los participantes:

- Puedan identificar y conectar con sus valores de referencia **para conocerlos, vivirlos y disfrutarlos con entusiasmo y provecho.**
- Puedan **autoevaluarse** por sí solos en relación a las resonancias energéticas entre los valores y los elementos que nos configuran a partir de los arquetipos astrológicos de referencia de valor y elemento. La autoevaluación es una sesión de **auto coaching para crecer integralmente, mejorar la autoestima y afianzar la estabilidad emocional en todos los ámbitos de vida.**

LA AUTOEVALUACIÓN ELEMENTAL

Las claves y el marco de referencia para el autocoaching

El autocoaching y la autoevaluación elemental y simbólica parte de las resonancias energéticas entre los valores previamente estudiados y categorizados, con los elementos que nos configuran **a través de un color guía, el cual nos permite agruparlos y relacionarlos con los arquetipos astrológicos de referencia de valor y elemento.**

Los valores nos determinan y definen en relación al estado actual de nuestro ser y/o en relación al objetivo personal o grupal que nos preocupa en este momento.

Los valores que hacen referencia a los elementos a través de las predeterminaciones astrológicas de éstos, nos permiten conocer o aproximarnos al equilibrio o desequilibrio de los elementos que configuran y determinan nuestro estado emocional.

Hipócrates decía que:

El elemento que predomina, es el que da al hombre su temperamento.

Desde las diferentes culturas de la antigüedad se sabe que los elementos que influyen sobre nuestra naturaleza y nuestra identidad, son cinco: **la Tierra, el Agua, el Aire, el Éter y el Fuego**; igual que las sustancias elementales que entran en la constitución de nuestros cuerpos y de todo lo material.

Actualmente se está recuperando esta antigua evaluación y/o comparación a través de estos elementos, ya que se considera una buena estrategia en busca de la armonía y equilibrio personal.

Para la autoevaluación tendremos en cuenta los elementos con sus predeterminaciones y arquetipos del horóscopo en relación a los **56+1 valores propuestos**.

VALORES Y AUTOCOACHING A TRAVÉS DE LA EVALUACIÓN ELEMENTAL.

En la evaluación elemental utilizamos a nuestros valores de referencia, para **observar y darnos cuenta** de nuestras debilidades o fortalezas en relación a los elementos que nos configuran, para así poder actuar en la corrección que nosotros, y solo nosotros, consideremos necesaria de acuerdo a nuestros objetivos y desde las emociones percibidas.

El reflexionar y comprender para ser conscientes de nuestros desequilibrios es el camino que determina nuestro plan de acción para reconducir nuestro estado emocional a través del equilibrio o armonía elemental.

MARCO DE REFERENCIA PARA EL AUTOCOACHING ELEMENTAL:

Los elementos y sus vinculaciones elementales de signos y valores, a través del color:

1.- AIRE, LOS VALORES RELACIONALES, COLOR AZUL

Los valores vinculados son: Libertad, comunicación, creatividad, empatía, igualdad, escucha atenta, generosidad, armonía, lealtad, mente abierta, amistad, respeto, relaciones familiares y curiosidad.

2.- EL AGUA, LOS VALORES EMOCIONALES, COLOR VERDE:

Los valores vinculados son: Amor universal, autoestima, compasión, divertirse, cariño, adaptabilidad, espiritualidad, gratitud, humildad, integridad, optimismo, paciencia, perdonar y salud y bienestar.

3.- LA TIERRA, LOS VALORES DE ASENTAMIENTO, COLOR MARRÓN

Los valores vinculados son: Austeridad, equidad, honestidad, perseverancia, disciplina, puntualidad, organización, pragmatismo, seguridad, serenidad, simplicidad, tener dinero, transparencia y trabajador.

4.- EL FUEGO, LOS VALORES DIRECCIONALES, COLOR ROJO.

Los valores vinculados son: ambición, atrevimiento, compromiso, determinación, entusiasmo, excelencia, innovación, independencia, liderazgo, alegría, entrega, cooperación, honor, y justicia.

5.- EL ÉTER, EL SOSTÉN O REFERENTE, COLOR NEGRO.

El éter se vincula con **la confianza**, recuerda que con la confianza no se juega, ésta es imprescindible en la interrelación con nosotros mismos y en la relación con los demás y el mundo.

LAS FICHAS ODA

En las fichas ODA encontraras más información de acuerdo a la autoevaluación elemental. Contienen las interacciones a partir de las causas que nos preocupan y las sugerencias de corrección que podemos escoger o determinar cómo acciones de cambio