



EL VIAJE DEL HÉROE, EN BUSCA DE MI IKIGAY

AUTOCONOCIMIENTO / AUTOLIDERAZGO
VS PROPOSITO VITAL / PROFESIONAL

— ¿EN QUÉ CONSISTE?

Te invitamos a realizar el viaje más trepidante de tu vida. Un viaje que solo un héroe puede realizar y que te llevará a descubrir o reconectar con tu verdadero propósito vital, de autoconocimiento profundo y creativo, y con tu verdadera misión vital y profesional.

Déjate sorprender y te ayudaremos a encontrar tu **ikigay** siguiendo sus cuatro pilares básicos:

1. PASIÓN = Afición + Habilidades. Lo primero es descubrir tu pasión. Es una unión entre lo que te gusta hacer, tu talento, tu don natural o tu hobby, algo que se te da bien y que tienes capacidad para ello.

2. PROFESIÓN = Habilidades + Mercado/Demanda. Es la unión de algo que se te da bien y además que te pagan por ello.

3. VOCACIÓN = Mercado/Demanda + Valor.

Cuando además de conseguir tus logros también sientes que aportas tu granito de arena y haces un mundo mejor. Ayudas, inspiras, enseñas y por su puesto encuentras la manera que te paguen por ello. Significa que encuentras tu vocación.

4. MISIÓN = Afición + Valor. Lo que amas hacer, lo haces por puro placer y lo adoras. Al mismo tiempo sabes que con ello ayudas a crecer a otros y también sientes que tu vida es más plena, más llena de sentido. Sabes cómo satisfacer la necesidad de tu cliente o de otra persona y cubres tu necesidad de contribuir, de aportar algo más.

Todo el programa está fundamentado en técnicas y metodologías de coaching avanzadas para ayudar a las personas a transformar el punto de observador de su propia realidad, produciendo así resultados concretos y sostenibles en su vida.

Es un **proceso interactivo y experiencial** mediante el cual el coach y los asistentes buscarán el camino más eficaz para alcanzar los objetivos fijados en el programa, usando sus propios recursos y habilidades.

Es por tanto un modelo que tiene la finalidad de **desarrollar el potencial de los asistentes, de forma metódica estructurada y eficaz.**

— TEMARIO

1. LACONEXIÓN: conéctate con tu objetivo y con tu esencia para focalizar tu mente hacia el éxito.

Mindfulness: identificación de objetivos individuales, búsqueda. Equilibrio entre el pensar, el sentir y el hacer, cómo reducir el estrés mental y focalizar la mente en tu objetivo. Este ejercicio se realizará al comenzar y se les va a pedir que identifiquen un objetivo personal y otro colectivo para poder mejorar y llevar al trabajo de la jornada.

2. AUTOCONOCIMIENTO VS AUTOLIDERAZGO: EN BUSCA DE MI IKIGAY:

¿Quién soy? ¿Cuál es mi propósito? ¿Cuáles son mis sueños? ¿Cuál es mi pasión? Se desempeña a través de ejercicios prácticos, dinámicas de grupo y juegos, también se van a visualizar algunos videos potentes para poder analizar después sus mensajes.

3. MIEDO VS ACCIÓN: Identifica y desbloquea tus miedos y lleva a la acción tus objetivos.

Frenos: ¿cuáles son mis miedos? ¿Por qué tengo miedo?
Trucos para vencer los miedos a través de la acción.
Identificamos cuales son las posibles barreras limitantes y como superarlas.

4. EL ÉXITO: ¿Qué hacemos cuando hemos alcanzado el objetivo?

Continuidad y potenciación. Nutrición y enriquecimiento final: ¿cómo perseverar, cómo crear apertura, seguridad y confianza, responsabilidad y compromiso conmigo para llevar a éxito lo aprendido: Se enseñará a diseñar un plan propio de desarrollo o plan de acción, y medir si lo aprendido y el compromiso tomado se lleva acabo. Si no es así se contemplarán los posibles obstáculos y se diseñará, conjuntamente con el mánager, un plan alternativo y de acompañamiento en el cambio o integración.