Gestió de les emocions

Davant de situacions excepcionals

SESSIÓ 3

El Castell Interior

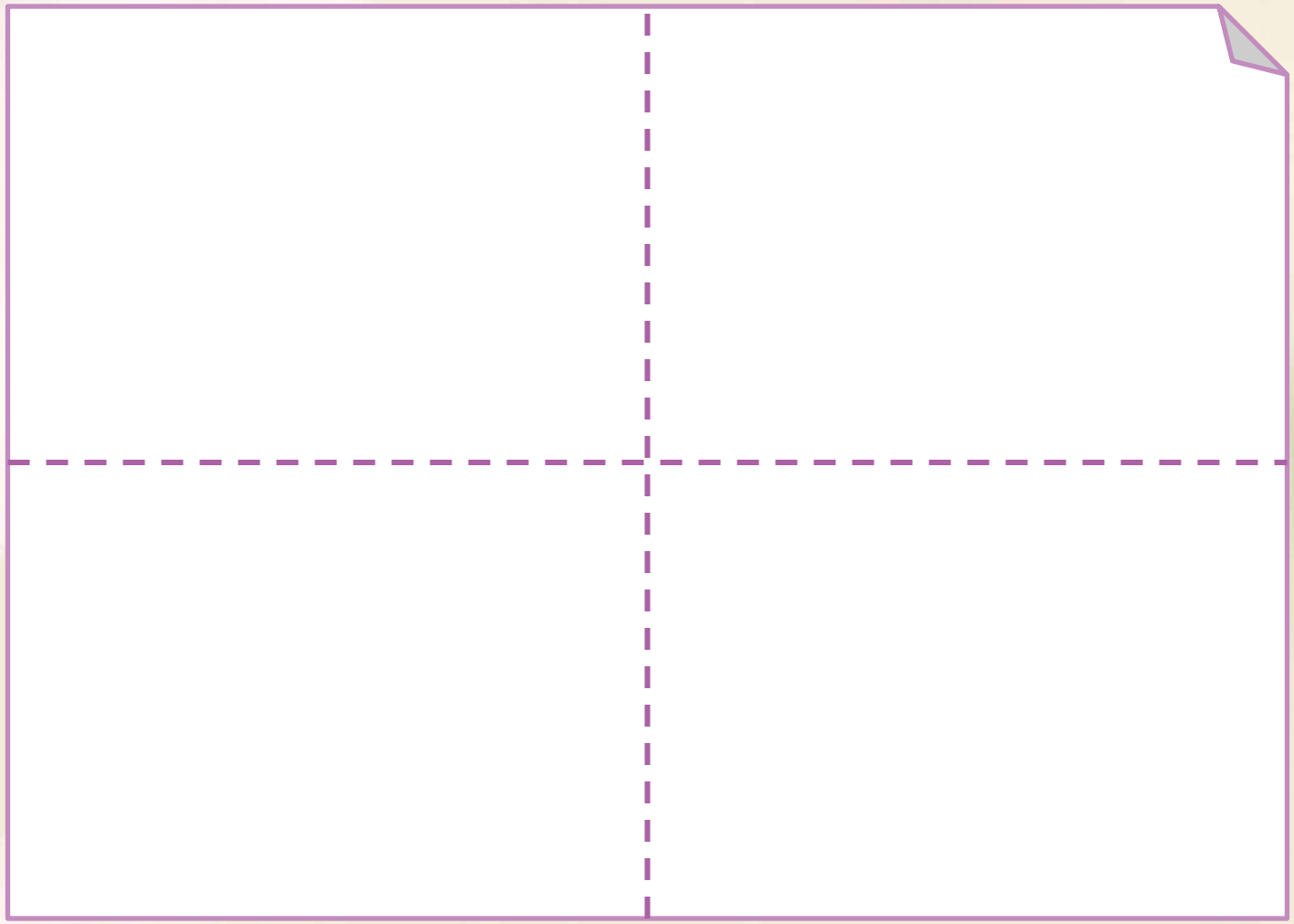


CAMELOT



AVALON

Per què ens costa identificar-nos?



LA FINESTRA DE JOHARI

(ZONES DE LA PERSONALITAT)

ZONA
OBERTA

ZONA
CEGA

ZONA
OCULTA

ZONA
DESCONEGUDA

GENERAL

ESPECÍFICA

TRANSFORMACIÓ

GENERAL

TRANSFORMACIÓ

ESPECÍFICA

EGO

VS

NEN / NENA INTERIOR




© JoJoesArt

Què practiques?

https://youtu.be/tokbgyQ0yBU

EL MIRALL



Podem canviar la realitat?



GRUP 1



GRUP 2



GRUP 3

Podem canviar la realitat?



GRUP 1

Lluiten contra la vida

Busquen satisfacció personal

Nivells 1 a 3,3 d'evolució

Podem canviar la realitat?



GRUP 2

Lluiten contra les injustícies

Busquen satisfacció social

Nivells 2,5 a 3,6 d'evolució

Podem canviar la realitat?



GRUP 3

No lluiten

Busquen pau interior

Nivells 3,5 a 4 d'evolució

Podem canviar la realitat?



El Grup 1 crea el món que...



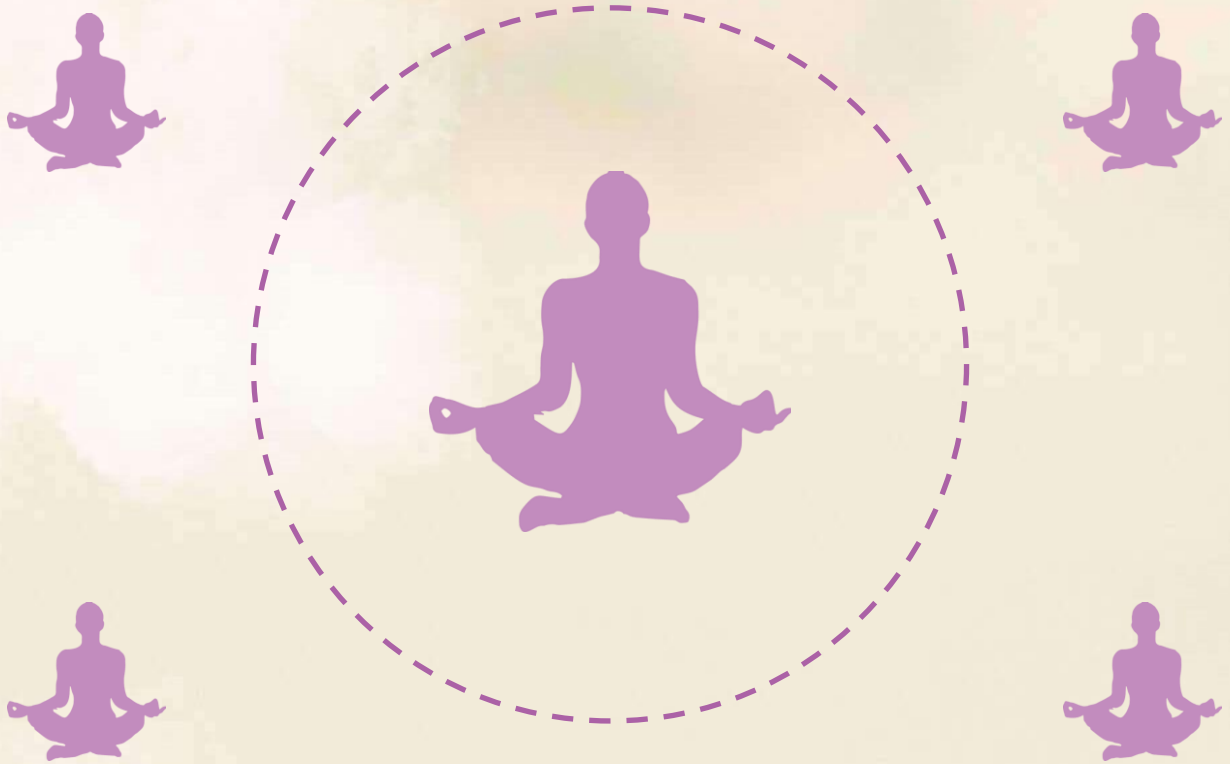
El Grup 2 lluita per millorar i que...



El Grup 3 acceptarà i en serà corresponent.

El Principi de Responsabilitat

El Principi de RESPONSABILITAT



L'HABILITAT DE RESPONDRE

L'HABILITAT DE RESPONDRE



REACCIÓ...

...que asseguri
la **SUPERVIVÈNCIA**.



RESPOSTA...

...que generi la màxima
HARMONIA.

El Principi de RESPONSABILITAT



REACTIVITAT → **REACCIÓ**



PROACTIVITAT → **RESPOSTA**

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN
responsabilitat

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN
responsabilitat

SALVADORS

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN responsabilitat

REBUTGEN responsabilitat

SALVADORS

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN responsabilitat

REBUTGEN responsabilitat

SALVADORS

VÍCTIMES

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN responsabilitat

REBUTGEN responsabilitat

DELEGUEN responsabilitat

SALVADORS

VÍCTIMES

El Principi de RESPONSABILITAT

ROBEN responsabilitat	REBUTGEN responsabilitat	DELEGUEN responsabilitat
↓	↓	↓
SALVADORS	VÍCTIMES	PERSEGUIDORS

El Triangle de Karpman / El Triangle INFERNAL



VÍCTIMA



SALVADOR



PERSEGUIDOR

ELCASTELL INTERIOR
formació i creixement

www.elcastellinterior.cat

info@elcastellinterior.cat



Mar Serra

marserra@elcastellinterior.cat



Hector Campoy

hectorcampoy@elcastellinterior.cat