



Alquimia[®]
Consulting





AMATEGRAT

Programa de Bienestar Empresarial

Entrenamiento en Gestión Emocional para el Liderazgo





▶ Las heridas emocionales afectan el desempeño

Sanarlas o evitar activarlas facilita la mejora del rendimiento

Las heridas emocionales no se ven en lo físico pero se reflejan siempre en la conducta, las reacciones y la toma de decisiones.

Cada herida se vincula a diferentes memorias y eventos adversos propios, heredados o impresos.

Una herida activa modifica la percepción creando caos, dolor, resistencia, conflicto y mucho más en las relaciones y proyectos.

Usar los bálsamos de restauración y fortalecimiento beneficia a cualquier relación o proyecto y ambiente o cultura empresarial .



Detonadores de alertas

Humillación

Abandono

Traición

Menosprecio

Injusticia

Rechazo





LA BOTICA

5 bálsamos para el fortalecimiento emocional
y la mejora del rendimiento en cualquier relación



Los bálsamos se han usado desde la antigüedad para impedir la descomposición y prolongar el mejor estado posible.



▶ ACEPTACIÓN

Es tener la disposición de conocer al otro con su luz y su sombra en pleno respeto.

Implica elegir al otro con todo lo que es, sin condicionamiento.

NO ES PERMITIR o aceptar malos tratos sin poner límites.

Debes aceptar y comunicar también tus propias necesidades con claridad.

Requiere ver el valor del otro en su totalidad sin afán de cambiarlo.



▶ RECONOCIMIENTO

NO ES UN PAPEL U OBJETO

Se trata de expresar de forma evidente el agradecimiento y la valoración por la aportación, la presencia e importancia de una persona a nuestra vida o proyecto.

También incluye dar lugar a las prioridades, necesidades y derechos sin dar nada por hecho.

Reconocer toma fuerza cuando es recíproco y va en ambos sentidos.



AFECTO

Es disposición a estar de verdad con nobleza e integridad.

Nos ayuda a vincularnos de manera profunda para satisfacer necesidades y compartir.

Su expresión requiere de actos concretos para nutrir el vínculo de la relación.

Implica compartir con el corazón brindando atenciones concretas.





RESPECTO

ES LA VOLUNTAD EXPRESA DE NO
LASTIMAR O HERIR

Requiere de un compromiso de
cuidado y protección.

Es el pilar de toda relación expresando
confianza y compromiso.

Implica dar espacio, admirar y mostrar
compromiso con lo que es importante
para ambas partes y la relación.

Es una muestra de valoración.





CONEXIÓN

Requiere de interés manifiesto por el encuentro.

Es una forma de decir tengo espacio en mi vida para ti. Se nutre de las sorpresas y detalles.

Sin hablar o compartir no se presenta, nutre o sostiene, es necesario asignar espacio para compartir y desarrollar complicidad.

Implica mostrar iniciativa y disposición para crear intimidad, confianza y conexión.



▶ EMBALSAMAR LAS RELACIONES

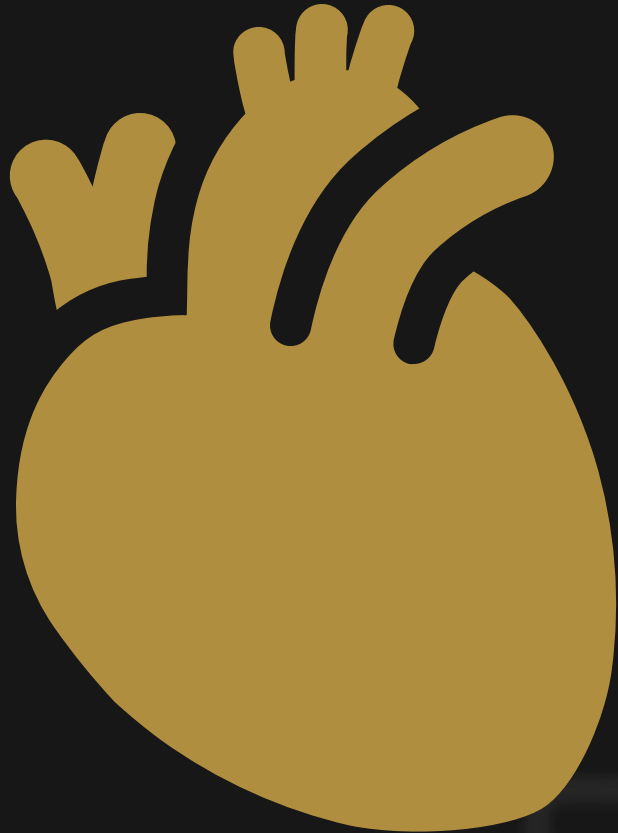
Evita la descomposición y las mantiene en las mejores condiciones posibles.

La aplicación de cada bálsamo requiere de actos concretos más que de palabras.

Todos toman fuerza en la reciprocidad y son una muestra de responsabilidad y madurez afectiva.

Su presencia en cualquier relación la afianza e impulsa los proyectos conjuntos dando menos lugar al caos y cada vez menos espacio a los conflictos.

Con una buena comunicación reducen la presencia de malos entendidos.



BALSAMOS COMPLEMENTARIOS

Ayudan a mejorar el resultado de los anteriores

1. Valoración

Permite que se de la validación.

2. Gratitud

Abre paso a la gratificación

El conjunto de todos brinda una poderosa resonancia.





Testimonio

“En cuestión de minutos se sintió el bienestar del cuerpo y la mente. Gracias Norma por tu ayuda y tu generosidad en compartir tu conocimiento para ayudarnos a tener una mejor calidad de vida. Explicas muy bien cada movimiento y eso ayuda mucho a que entendamos y nos adentremos en cada ejercicio. De nuevo, muchas gracias.”

Ru Vea

Empresaria MX / USA





La guía completa se encuentra en patreon
dentro de las áreas de miembros AMATE y GRAT.



[+52 5585317637](tel:+525585317637)



atención@norma-escudero.com



Norma Escudero / Alquimia Humana



www.alquimia-consulting.com

NORMA ESCUDERO E INVITADOS



ENTRENAMIENTO

Gestión
emocional para
el liderazgo



CLUB ALQUIMIA HUMANA / Viernes 9:00 a.m.

Participa en vivo

Puertas abiertas

INICIA 1 DE JULIO

FINALIZA 30 DE DICIEMBRE

**Un programa de
entrenamiento y
consciencia emocional**

2022

Escucha nuestro clubcast
ALQUIMIA HUMANA
en tu plataforma preferida

