



yogainclusivocostarica



el
espacio



¿Qué son los valores?



Los valores son una serie de principios universales por los que se rigen la mayoría de las personas.

Son innatos al ser humano, perdurables en el tiempo y trasladables a cualquier lugar del mundo



Entre los valores humanos más importantes encontramos la ética, el respeto al prójimo, la tolerancia, la bondad, la paz, la solidaridad, el amor, la justicia, la responsabilidad, la equidad, la amistad, la libertad o la honestidad, entre otros.

¿Cuál más añadirías?







¿Por qué son importantes los valores?

¿Puedes imaginar cómo serías si no tuvieras los valores de los que hemos hablado?

¿Cómo te comportarías ante las distintas situaciones que se te presentan?

¿Cómo sería tu vida?

¿Tendría sentido?



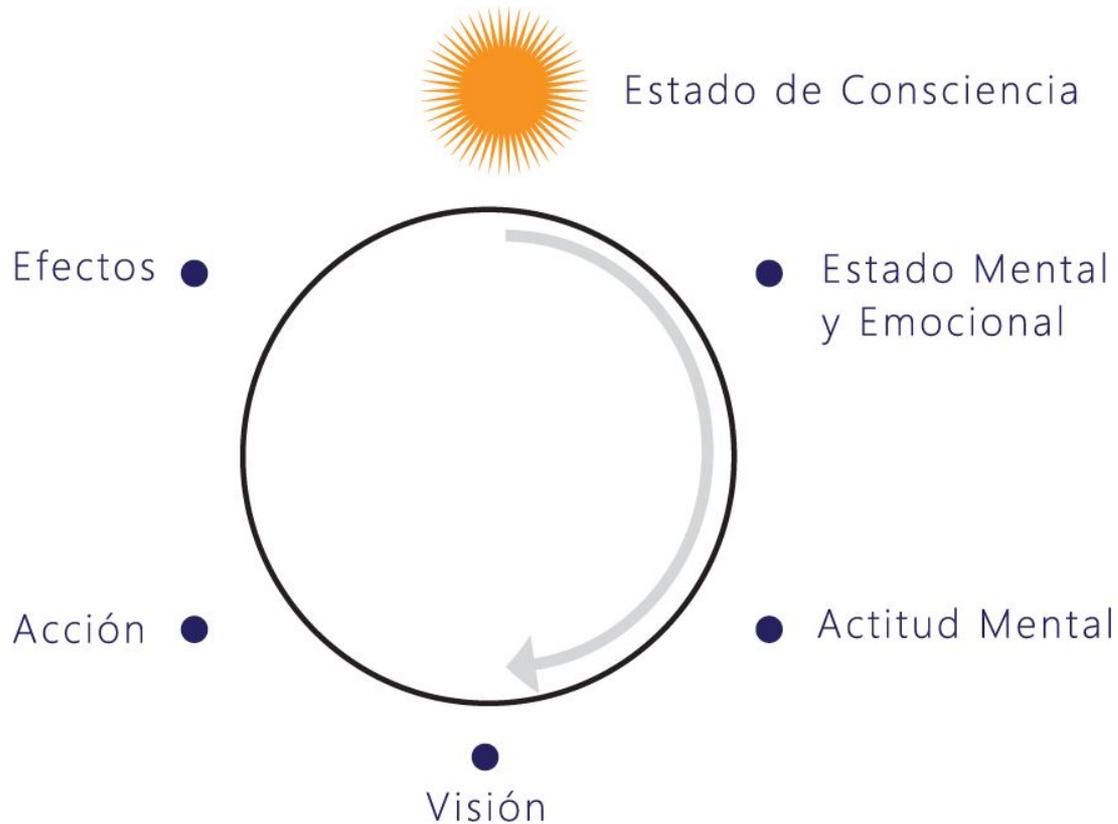
Acciones

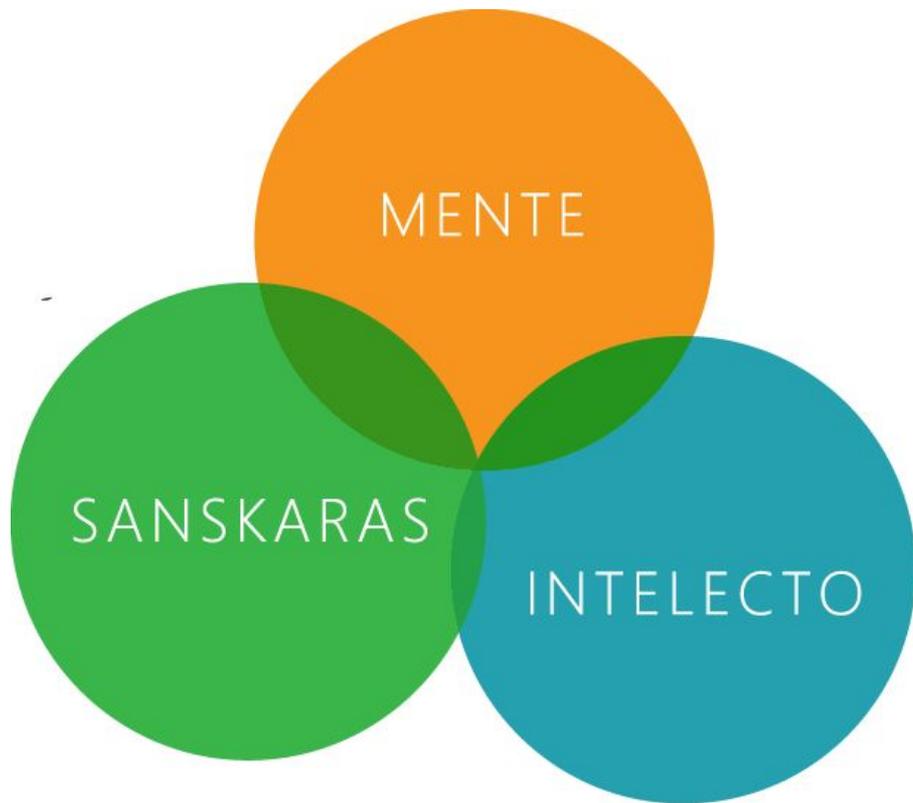


Quién soy ?

Estado Mental y Emocional









Privilegios y Prejuicios

Privilegio:

Se conoce como privilegio a la **condición de ventaja** atribuida a una persona, grupo de personas, territorios por concesión de un superior o por una determinada circunstancia.



Prejuicio:

Un prejuicio es una **opinión, por lo general de índole negativa, que nos hemos formado sobre algo o alguien de manera anticipada y sin el debido conocimiento.**



¿Por qué es importante observar nuestros valores cuando compartimos con otras personas?

Entonces,

¿Por qué es importante observar nuestros valores cuando compartimos con otras personas en procesos, circunstancias de vida complejas, vulnerables y en riesgo?



A continuación van a ver una lista de valores...

Lealos y observe la sensación que generan en su mente y cuerpo, seleccione con cuales se identifica más...



Paz	Activx	Coraje	Silenciosx
Honestidad	Separar	Amorosx	Prosperx
Sinceridad	Bondad	Agradecidx	Respetuosx
Tolerante	Confianza	Disciplinadx	Brillante
Trabajadorx	Seguridad	Paciencia	Balanceada
Sinceridad	Solidarix	Compasión	Optimista
Sencillez	Independiente	Proactiva	Sabiduría
Altruista	Valiente	Alegre	Fluye
Servicial	Convicción	Comprometidx	Perdón
Lealtad	Vitalidad	Alegre	Creativx
Entregadx	Sacrificio	Flexible	Introspectivx
Perseverante	Habil	Espiritual	Ordenado
Heroico	Cooperadorx	Generosx	Enfrenta
Autocontrol	Curiosx	Modestx	Accesible
Instrospectivx	Inteligente	Fuerte	Estoicx
Desapego	Equilibradx	Humor	Autenticx
Estable	Cumplidx	Aventura	Afectivx
Autocontrol	Justx	Dignidad	Transparencia



Habiendo seleccionado los valores con los que más se identifica.

Ordénelos en cuatro categorías por relación.



Ahora, seleccione un valor con el cual más se identifica de cada columna.



Los retos son la clave para nuestra realización.
Porque escondidas dentro de cada uno de ellos
hay lecciones para aprender y luz para ser revelada.



- No ser el centro de atención
- Retarme
- Tomar riesgos
- Tomar acción
- Hacer lo que me toca
- Trabajar en equipo
- Romper las reglas
- Encontrar libertad
- Compartir amor
- Tener certeza
- Unificar
- Ocuparme
- Ser feliz





yogainclusivocostarica



el
espacio