



Energetic Games

**perchè il potenziamento è un gioco ...
se si ha l'energia giusta**

I business e e social game di EnergetiCoaching



I due principi fondanti di EnergetiCoaching

- 1 la persona è un sistema di risorse e le organizzazioni (qualsiasi dal nucleo familiare all'impresa) sono un sistema di persone
- 2 il miglioramento e la crescita (dell'individuo come del gruppo) è un momento positivo, di divertimento costruttivo, che parte da ciò che già abbiamo per potenziarlo e non la drammatica e distruttiva ricerca di ciò che non si possiede



per questo abbiamo creato gli Energetic Games" (business e social games), per sperimentare un "altro" contesto in cui aumentare e rafforzare le proprie capacità e risorse



Perchè un gioco come percorso di sviluppo

- 1.** I giochi creano **emozioni positive** in un contesto dove si può agire in pienezza e libertà senza la paura del fallimento
- 2.** Si sperimenta la forza e la necessità della **connessione sociale** e ci si "testa" su come si collabora e fa squadra con tutti i tipi di persone
- 3.** Si prova **l'appartenenza a una identità** a un progetto a uno scopo
- 4.** Ci si impegna duramente perchè la **soddisfazione è raggiungibile**, le motivazioni, gli alleati e gli obiettivi sono chiari e definiti
- 5.** I giochi ci fanno utilizzare **il meglio della nostra energia** e ci fanno operare in un ottimismo incrollabile
- 6.** Spingono a migliorarsi individualmente per **responsabilità verso se stessi e verso la squadra**



Il gioco è ... il gioco provoca ... induce a ...

1. Ci sono ostacoli non necessari che stimolano **creatività** e **problem solving**
2. Hanno diverse fonti di conoscenza e danno importanza dell'esperienza, il che spinge all'**auto apprendimento** e a **tradurre in pratica il sapere teorico**
3. Danno obiettivi più ambiziosi e inducono alla progettazione del futuro per portare tutti ad avere sempre un **progetto e una visione strategica**
4. Propongono sfide epiche facendo sentire tutti **protagonisti** e spingendo alla **partecipazione attiva** e costante nelle attività del gruppo
5. Danno ricompense e gratificazioni replicabili e rinnovabili insegnando a **trovare da soli la motivazione e il premio** per i propri sforzi e contributi
6. Propongono continuamente suggerimenti e indicazioni che abitano ad **accettare i consigli** nel gioco prima nella vita reale poi



Energetic Games e la bioenergetica

Se *"la persona è un sistema di risorse e le organizzazioni sono un sistema di persone"*

... e ... *"il gioco mette alla prova in un contesto stimolante e divertente i due sistemi"* (slide precedenti)

e inoltre *Il gioco spinge e favorisce ogni partecipante a contattare tutte le proprie risorse energetiche - creative emozionali/relazionali e realizzative*

allora I principi di bioenergetica applicati (da noi) allo sviluppo (individuale e di gruppo) diventano uno strumento potente per

- **vedere e "toccare", prendendone consapevolezza, le proprie risorse ovunque siano nel sistema corpo mente**
- **valutarne la forza**
- **potenziarle nell'intensità e nella disponibilità**
- **localizzare e combattere i propri blocchi e le proprie tensioni**



I principi base

- A.** due direttrici di lavoro sempre presenti e parallele: individuale verso il proprio equilibrio e “centratura”, di gruppo verso l’armonizzazione e la ottimizzazione delle individualità

- B.** continuo lavoro sinergico sui tre piani: cosa penso cosa sento e cosa faccio

- C.** conoscenza delle tensioni del corpo per comprendere gli snodi della mente, contattare e interpretare le emozioni per gestire i comportamenti e le relazioni

- D.** ricerca in sè della propria “pienezza” e soddisfazione prima di scaricare sugli altri la responsabilità di raggiungere il nostro benessere e i nostri successi

- E.** conquista della libertà di esprimere nel pieno rispetto e nella altrettanto piena collaborazione con gli altri



La struttura (bioenergetica) degli Energetic Games

In ogni Energetic Game (compresi quelli che seguono) ci sono dei principi fissi che ne connotano l'essere "bioenergetici" e sono finalizzati al miglioramento (del gruppo e della persona)

- 1.** Verifica sul possesso e consapevolezza delle tre energie (creativa, relazionale e realizzativa) prima e dopo
- 2.** Contatto con se stessi, con le proprie emozioni e con il proprio corpo per acquisire la consapevolezza della propria forza così come delle proprie tensioni (intensità e origine)
- 3.** Obiettivi precisi, regole, un format definito, una divisione in squadre, dei giudici, dei facilitatori, un punteggio e uno o più vincitori
- 4.** Prove individuali e prove di team armonizzate tra loro, sfide e tensione verso il superamento dei propri limiti



Due esempi di Energetic Games

La costruzione dell'energia (nel proprio spazio)

Focalizzato **sulla costruzione e progettazione** è un gioco nel quale le persone dovranno "provarsi" nel pensare, pianificare, realizzare, e raccontare. I partecipanti saranno impegnati a **contattare le proprie risorse** comprendere quali e quante sono, **armonizzarle e unirle** a quelle delle altre persone e farle diventare congruenti al progetto da realizzare.

Creatività e Innovazione, Pianificazione e Visione Strategica, Concretezza e Team working sono le capacità messe alla prova nel gioco.

La lotta contro i draghi ... e le proprie paure

Il focus è sull'eliminazione dei propri blocchi, dei limiti che impediscono o appesantiscono la realizzazione del proprio benessere, rendono difficili le relazioni, irrigidiscono i comportamenti ostacolando il raggiungimento di felicità e obiettivi personali e professionali.

Affrontare gli ostacoli, migliorarsi, leadership e toxic handling, lotta allo stress e conquista dell'equilibrio sono i punti su cui ruota il gioco.

Nota: mantenendo gli stessi principi possiamo adattare questo format così come crearne altri ad hoc per organizzazioni e team

La misurazione dell'energia

Attraverso osservazione e questionari misuriamo l'energia del singolo e del team prima e dopo il gioco e classifichiamo, sia l'individuo che l'organizzazione secondo il seguente schema. diamo una dimensione numerica al nostro intervento

creatività	emozioni/ relazioni	realizzazione		
-	-	-	STRESS CRITICO	→ organizzazione bloccata
-	-	+	FARE PER NON FARE	
-	+	-	EMPATIA NON PROFITTEVOLE	→ organizzazione rallentata
+	-	-	ASTRATTISMO	
-	+	+	IPERATTIVITA' NON COSTRUTTIVA	
+	+	-	POTENZIALITA' CONGELATA	→ organizzazione in scia
+	-	+	POTENZIALITA' INDIVIDUALE	
+	+	+	ASSERTIVITA, BENESSERE E PIACERE	→ organizzazione profittevole, con capacità di rigenerarsi



Contatti

Patrizia Marforio patrizia.marforio@energeticoaching.it

Stefano Sedda stefano.sedda@energeticoaching.it

Sito WEB: www.energeticoaching.net