

Annex 2.

Taller 7 – Exemples d'aficions amb relació als quatre perfils



Aficions del perfil vermell

LLEÓ

La persona amb perfil vermell sol ser molt competitiva, amant dels reptes, vol ser líder, se sent còmoda sota pressió, li agrada la creativitat i superar-se.

- Líder o entrenadora d'esports d'equip (li agrada liderar, dirigir, té visió de com assolir els resultats proposats i sap empènyer i motivar les altres persones per aconseguir-ho)
 - Teatre (li agrada dirigir i també ser a l'escenari, per ser el centre d'atenció)
- Esports extrems, amb risc i/o d'alt impacte: skateboarding, paracaigudisme, escalada extrema, maratons, triatlons, alpinisme, BMX, crossfit, culturisme, surf...
(li agrada posar-se a l'extrem físicament, superar-se, plantejar-se nous reptes i anar-los assolint)
- Videojocs competitius (el perfil vermell és amant de l'estratègia i sempre vol guanyar)
 - Esports competitius i de grup, com futbol, bàsquet, rugbi, hoquei... (gaudeix sent la líder d'un equip, competir contra altres equips (per guanyar sempre)
 - Jocs de taula (els gaudeix pel fet de pensar una estratègia i guanyar els altres)
- Art en general: pintura, escultura, cinema... (per la seva part creativa, perquè li agrada ser el centre d'atenció i ser admirada)
 - Dansa (per l'exigència física d'aquesta disciplina, per ser a l'escenari i ser admirada)
- Cuina creativa (més que seguir una recepta, li agrada crear plats nous, per la seva creativitat, perquè no li agraden les idees de sempre, perquè li agrada superar-se i fer coses noves)
- Viatjar a l'aventura, sense cap planificació (li agrada descobrir llocs nous, improvisar i no seguir un ordre establert)



Aficions del perfil groc

DOFI

La persona amb perfil groc es mou de forma còmoda en el caos, és una persona activa, entusiasta, creativa, molt sociable i expressiva amb el cos.

- Formar part d'associacions, clubs, etc. (pel fet de pertànyer a un grup i poder-hi desenvolupar relacions positives)
 - Voluntariat (l'omple ajudar altres persones)
 - Teatre (li agrada comunicar-se de forma expressiva, formar part d'un grup, utilitzar la seva imaginació, el reconeixement del públic...)
 - Dansa (li agrada expressar-se amb el cos)
- Música: integrant d'un grup de música, coral o d'una orquestra (pel fet de pertànyer a un grup, gaudir de la música de forma social; segurament la part d'assajar a casa de forma individual serà la part que menys li agradarà)
 - Art en general: escriptura, pintura, cinema... (per la seva part creativa, expressiva)
 - Instagramer, youtuber (comunicació amb el públic, ser admirada i valorada pels altres, inspirar i motivar altres persones...)
 - Esports d'impacte i de grup, com futbol, bàsquet, hoquei, spinning, running, escalada... (li agrada formar part d'un equip i sol ser-ne la líder; és molt entusiasta i li agraden les activitats intenses)
 - Videojocs en què es pugui jugar en grup
- Viatjar a l'aventura (sense planificar, li agrada improvisar i no seguir un ordre establert)



Aficions del perfil verd

OVELLA

Gaudeix amb activitats que li permetin seguir un ordre, programar, fer alguna tasca meticulosa, formar part d'un grup i desenvolupar relacions estables i de confiança.

És una persona sensible.

- Qualsevol afició que impliqui formar part d'un grup (ser membre d'una associació, organitzar un club de lectura, grup per fer junts un esport com bicicleta, pàdel...)
- Cuidar un jardí, hort (feina minuciosa, delicada)
 - Voluntariat
- Música (gaudeix de la part introspectiva d'assajar sola a casa, com també formar part d'un grup de música, orquestra, etc.)
- Escriptura (li agrada el procés de treball individual, introspecció)
 - Activitats amb les mans: bricolatge, fusteria, ceràmica, dibuix, pintura... (activitats pausades, minucioses)
- Cuina (seguir els passos d'una recepta, mesurar ingredients...)
- Esports de poca intensitat/impacte (ioga, pilates, senderisme, paddle surf, pesca)
 - Meditació (és una activitat de calma, d'introspecció, buscar un sentit a la vida...)
- Jocs de taula (li agrada seguir unes normes, unes pautes, jugar en equip)
 - Cinema
- Pel fet de ser persones introvertides, poden buscar activitats on sentir-se «segures» per expressar-se i transformar-se: teatre, dansa...



Aficions del perfil blau

GAT

Al perfil blau, pels seus trets que el fan gaudir fent coses individualment, l'enfocament al detall, la precisió i la concentració, li poden agradar activitats com:

- Fer col·lecció d'objectes (segells, monedes, antiguitats...)
 - Videojocs
 - Jocs de taula, trencaclosques
- Lectura (li agrada perquè és una activitat individual, moment de relaxació) i/o escriptura (activitat d'introspecció, d'estar amb si mateix)
- Robòtica (tot allò relacionat amb l'enginyeria, la tècnica, la programació...)
 - Informàtica
 - Experiments (microscopi, química)
 - Astrologia
 - Construccions (Lego, mecano...)
 - Música (composició, tocar un instrument)
- Escacs (activitat de concentració, molt individual), papiroflèxia (focus en una activitat en què la precisió i el detall són molt importants)
 - Cosir (detall, precisió, concentració...)
- Esports individuals i de concentració: atletisme, judo, ciclisme, natació, pesca...
- Sudokus, mots encreuats (concentració, anàlisi de dades...)
 - Cinema
- Fer viatges programats (serà important poder seguir les normes i la planificació establertes)
- Pel fet de ser persones introvertides, poden buscar activitats per sentir-se «segures» per expressar-se i transformar-se: teatre, dansa...