

Sevilla, 9 de Mayo de 2.017

Nos complace dirigirnos a usted para hacerle partícipe del Proyecto de "Educando con Emoción". Desde **Business Coaching** queremos responder a la demanda de aquellas familias y comunidad educativa, que ven en la Inteligencia Emocional una herramienta para el desarrollo personal, y contribuir a la formación emocional en el crecimiento de los niños.

La educación emocional de un niño es uno de los aspectos más importantes en su crecimiento. Además, cada vez más padres y educadores son conscientes de que la infancia es el momento ideal para crear en los niños hábitos y comportamientos positivos, que les aporte riqueza en sus vidas, sin embargo, muchas veces ellos mismos se ven desprovistos de herramientas para ayudarles en la gestión de las emociones.

Apoyados por especialistas en Inteligencia Emocional, hemos desarrollado un programa enfocado en trabajar herramientas para los niños que les ayude a fortalecer, identificar, gestionar y hacer uso de las emociones de forma sana.

A continuación presentamos nuestro Programa. Confiando que estaremos creando una oportunidad para contribuir al desarrollo y capacitación emocional y poder colaborar con su organización.

DEFINICIÓN DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL (Bisquerra, 2.000)

Proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Capacitar al alumnado de conocimientos y competencias emocionales que le permitan afrontar la vida, tanto personal como profesional con éxito, y aumentar su bienestar a nivel de salud y de convivencia.

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

Programa de Inteligencia Emocional para Niños de Primaria

CEIP Altos Colegios Macarena

EDUCANDO CON EMOCIÓN

INTRODUCCIÓN

Educar con Inteligencia Emocional se ha convertido en una tarea necesaria. Se considera primordial el dominio de las habilidades para el desarrollo evolutivo y socio-emocional de los niños.

Es por esto que son importantes los siguientes puntos:

- La estimulación afectiva y la expresión regulada de los sentimientos positivos y más difícil aún, de las emociones que vivimos como negativas (Ira, Envidia, Celos entre otros).
- La exposición a experiencias que puedan resolverse mediante estrategias emocionales, o la enseñanza de habilidades empáticas mostrando a los niños cómo prestar atención, saber escuchar y comprender los puntos de vista de los demás.
- La creación de ambientes que desarrollen las capacidades socio-emocionales y la solución de conflictos interpersonales.

LA DIMENSIÓN AFECTIVA DEL APRENDIZAJE

La buena disposición de un niño depende del más básico de todos los conocimientos, el de CÓMO aprender. En un informe del *National Center for Clinical Infant Programs* de los EE.UU. del año 2.006, se cita una lista de siete ingredientes claves de esta capacidad, todos ellos relacionados con la Inteligencia Emocional:

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

1. CONFIANZA: La sensación de controlar y dominar el propio cuerpo, las sensaciones que se experimentan y la comprensión del mundo. La sensación del niño de que lo más probable es que no fracase en lo que se propone.

2. CURIOSIDAD: La sensación de que descubrir cosas es algo positivo y conduce al placer.

3. INTENCIONALIDAD: El deseo y la capacidad de producir un impacto y de actuar al respecto con persistencia. Esto está relacionado con una sensación de competencia, de ser eficaz.

4. AUTOGESTIÓN: La capacidad de modular y dominar las propias acciones de manera apropiada a la edad; una sensación de control interno.

5. RELACIÓN: La capacidad de comprometerse con otros, basada en la sensación de ser comprendido y de comprender a los demás.

6. CAPACIDAD DE COMUNICACIÓN: El deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás. Esto está relacionado con una sensación de confianza en los demás y de comprometerse con los demás, incluso con los adultos.

7. COOPERATIVIDAD: La capacidad de equilibrar las propias necesidades con las de los demás en una actividad grupal.

Es por esto que hemos creado un programa actualizado para niños a través de la Inteligencia Emocional. Herramientas efectivas de manera que puedan ser aplicadas por los niños para la sana gestión emocional.

¿PARA QUÉ?

Para adquirir herramientas necesarias y desarrollar la capacidad de reconocer las propias emociones y las de los demás, gestionarlos y sacarles el máximo partido en relación con ellos mismos y su entorno.

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

¿CÓMO?

En 9 módulos durante todo el curso escolar, de 2 sesiones cada uno, a realizar cada 15 días, con una duración de 1 hora y media cada sesión.

¿QUÉ?

El Programa incluye los siguientes temas para la introducción al contexto de la Inteligencia Emocional.

Módulo 1: Conciencia Emocional

- Descubrir las emociones
- Quién soy y qué siento
- Identificar las emociones

Módulo 2: Gestión emocional

- Aceptación de emociones y su regulación
- Cómo nos ayudan las emociones
- Aprendo a relajarme

Módulo 3: Mindfulness

- Equilibrio y relajación
- Concentración
- Gestión del estrés y ansiedad

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

Módulo 4: Autoestima

- Me gusta cómo soy
- Confío en mí
- Soy capaz

Módulo 5: Gestión de conflictos

- Bullying: detectar y prevenir
- Cómo afrontar situaciones de acoso
- Promoción del bienestar

Módulo 6: Empatía

- Entender las emociones de los demás
- Respeto
- Dar y recibir ayuda

Módulo 7: Escucha activa

- Escucha verbal y no verbal
- Maneras de comunicar
- Atención plena

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

Módulo 8: Habilidades sociales

- Maneras de relacionarse
- Soy buen amigo
- Cooperación

Módulo 9: Soy Equipo

- La importancia del equipo
- Lo hacemos juntos
- Sentido de pertenencia

COMPETENCIAS QUE SE DESARROLLAN

1. Conciencia en uno mismo: es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás.
2. Autorregulación: es la habilidad de gestionar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo. Las personas que poseen esta competencia son sinceras e íntegras, gestionan el estrés y la ansiedad ante situaciones comprometidas y son flexibles ante los cambios o las nuevas ideas.
3. Automotivación: es la habilidad de estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta en las personas con pensamiento positivo, que muestran un gran entusiasmo por el logro de las metas, con un alto grado de iniciativa y compromiso.

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

4. La Inteligencia Interpersonal: esta inteligencia también está compuesta por otras competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con los demás, como la empatía.
5. Habilidades sociales: es el talento en el manejo de las relaciones con los demás. Quienes poseen habilidades sociales son excelentes negociadores, tienen una gran capacidad para liderar grupos y para dirigir cambios, y son capaces de trabajar colaborando en un equipo y creando sinergias grupales.

RESULTADOS

- Aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales.
- Fortalecer la autoestima.
- Disminución del índice de violencia.
- Mejora del rendimiento académico.
- Mejor adaptación escolar, social y familiar.
- Disminución de la ansiedad y el estrés.
- Resolución de conflictos en clase.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones del resto.
- Desarrollar las habilidades de vida para el bienestar personal y social.

INVERSIÓN

Precio por niño: 15'40€/mes

Descuento del 30% para el segundo hermano: 10'78€/mes

Descuento del 50% para el tercer hermano: 7'70€/mes

Mínimo de inscripciones: 10 niños

Máximo de niños por sesión: 30 niños (de superarse esta cantidad, se haría la actividad en dos grupos al mes).

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com

PROGRAMA "EDUCANDO CON EMOCIÓN".

¿Quiénes lo imparten?

Keren Borrás Santiago: Cuenta con 10 años de experiencia de trabajo con adolescentes, niños y familias a través de diversos talleres y formaciones en inteligencia emocional. Ha trabajado en Puerto Rico, México, Colombia, República Dominicana, España y Estados Unidos impartiendo las siguientes formaciones: Niños Líderes, Lazos de Familia, Jóvenes Visionarios y Con-vivencia familiar. Graduada de la Universidad de Puerto Rico, Departamento de Ciencias Sociales concentración en Sociales. Grado de Maestría por la Universidad de Puerto Rico Administración de Personal. Certificación en Mediación de Conflictos general y familiar de la Administración de Tribunales del Sistema Judicial de Puerto Rico. Coach certificada por la International Coaching, en California. Experta en Coaching personal de Ecúbrica-Asesco. Practitioner en Programación Neurolingüística, PNL, por la Universidad de Bircham. Co-fundadora de la empresa Business Coaching.

Reyes Castilla Cubero: Experta en Coaching Personal por Ecúbrica-Asesco, Escuela de Inteligencia Emocional y Coaching – Asociación Española de Coaching. Practitioner en Programación Neurolingüística, PNL, por el Instituto del Potencial Humano, con Gustavo Bertolotto. Experta en Inteligencia Emocional por Más Conciencia, con Olga Cañizares. Experta en Coaching Ejecutivo por AECOP – Asociación Española de Coaching Ejecutivo. Co-Fundadora de la empresa Business Coaching. Ha impartido talleres de inteligencia emocional y Coaching para diferentes empresas. Comprometida con el fortalecimiento emocional y toma de conciencia para la creación de familias sanas y fortalecidas emocionalmente.

Maestría en el Talento

Tlf: 629 164 145/655 105 268

www.businesscoachingbc.com