



Recursos de PNL y **Coaching para Padres**

MEJORES PADRES, HIJOS FELICES, MEJOR COMUNIDAD

1. INTRODUCCIÓN

En el afán de que sus hijos logren lo mejor en su vida, que salgan adelante, y que tengan todo lo que ellos no tuvieron, los padres generalmente nos centramos en la disciplina. Para muchos incluso esa es la única manera de comunicarse en casa.

Cuando los padres, además de satisfacer las necesidades básicas de sus hijos, todo lo que tienen que ofrecerles es asignar tareas, normas, sanciones y ejercer control para que se cumplan, pierden la oportunidad de ser un guía, un consejero, un maestro, un verdadero amigo, un padre encantador a quien da ganas de seguir.

Esta es responsabilidad fundamental de los padres conscientes y preparados para esta labor. Para ello, es necesario desarrollar adecuadamente nuestra comunicación.

2. DIRIGIDO A

Padres de familia de la comunidad, de la institución u organización con responsabilidad social.

3. OBJETIVOS

Trasladar a los padres de familia las herramientas y recursos del Coaching y la PNL, que les facilite el desarrollo de aquellas competencias de liderazgo, que en base a la teoría situacional de Hersey y Blanchard, les permita desarrollar mejores caminos de comunicación e inter-relación con sus hijos y su pareja, tanto a nivel del manejo de sus comportamientos, como de sus emociones.

Para los PADRES:

- Fortalecer aquellos conocimientos, habilidades y capacidades personales que les faciliten enfrentarse a los retos de ser padres en el mundo moderno, apoyando el crecimiento sostenible de sus hijos y familia, bajo una estructura de comunicación saludable.

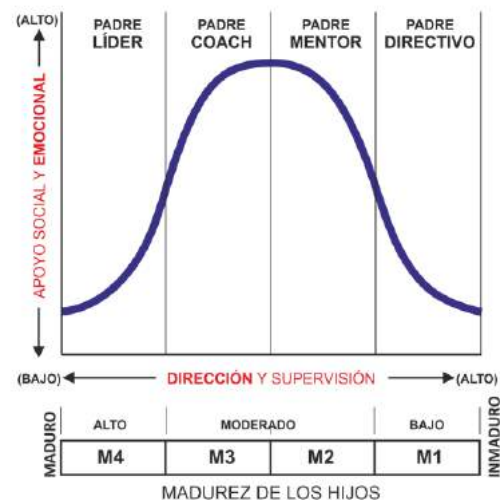
- Desarrollo Humano y Laboral
- Competencias Laborales
- Bienestar Laboral
- RSE

Para la INSTITUCIÓN/ORGANIZACIÓN:

- La oportunidad, de poner a disposición de los padres de familia de su comunidad, un programa de desarrollo personal a nivel de la comunicación humana, que les permita mejorar su calidad de vida personal y familiar, promoviendo un mejor nivel de comunicación con su entorno, buscando hacerlos más proactivos y con una mejor actitud a la vida.
- Impulsar el fortalecimiento de la familia, como núcleo básico y fuente de valores, en la búsqueda de reducir los niveles de violencia familiar, así como mejorar la calidad y expectativas de vida de sus hijos.

Objetivos COMPLEMENTARIOS:

- A comprender los factores de madurez de sus hijos, reconociendo sus características y cualidades relevantes, así como los medios para llevarlos hacia un nivel efectivo de vida.
- Identificar el canal sensorial preferente de su pareja e hijos, reconociendo sus cualidades y la manera en que ello influye en sus decisiones y acciones, facilitando una relación y comunicación más eficiente.
 - ❖ Buscando entender primero y luego ser entendido.
 - ❖ Facilitando el acompañamiento con su interlocutor, desarrollando niveles más efectivos de comunicación.
 - ❖ Controlando su estado emocional, preparándose para comunicar eficazmente sus necesidades.
- Aprender a valorar las capacidades de su pareja e hijos, mejorando la interrelación con ellos.



4. ESTRUCTURA DE TRABAJO

La actividad de capacitación se desarrolla en 04 módulos de 2.5 a 3 horas cada una.

La propuesta se desarrolla en 70% vivencial y 30% expositivo, incluyendo una parte evaluativa. Su estructura se implementa de acuerdo a los siguientes módulos:

1. Descubrimiento PERSONAL: Desarrollando terapias básicas de manejo del estrés y de las fuentes de energía. Auto-conocimiento personal, que les facilite canalizar sus áreas de mejora y que aprendan a entender sus comportamientos y el cómo pueden desarrollar mejores relaciones en su vida.
2. Potenciando mi COMUNICACIÓN: Recursos del PNL para facilitar la mejora de su comunicación personal y familiar.

- Desarrollo Humano y Laboral
- Competencias Laborales
- Bienestar Laboral
- RSE

3. Como ayudar a mi hijo a triunfar con estrategias sencillas de reconocimiento, autoestima, la programación del inconsciente, límites y relaciones claras.
4. Conversaciones DIFÍCILES para mejorar su relación familiar.

5. TEMARIO REFERENCIAL – 10 a 12 horas

Módulo 1: **DESCUBRIMIENTO PERSONAL**

AFILANDO LA SIERRA

- Las 5 claves de las fuentes de energía y vitalidad para la excelencia. Técnicas PNL de gimnasia mental. Relajación y Mindfulness.

DESCARGANDO LA MOCHILA

- ¿Quién soy? Mi misión y roles de vida
- Reconocimiento personal: ¿En que soy efectivo? La ventana de Johari
- Las cosas que me molestan. Identificando una lista de prioridades y pendientes. Presupuestos básicos de la PNL.

AUTODESCUBRIMIENTO

- Inteligencias de Percepción. Los canales sensoriales y la forma en que percibimos y procesamos el mundo. El cuestionario VAKOG.
- Reconociendo mis Estilos de Aprendizaje y cómo ello afecta mis decisiones y comportamientos. Test de Kolb. Identificando mis puntos fuertes y débiles.
- Cuestionarios de descripción del comportamiento: Preferencias cerebrales y el cuestionario de Benziger. Test de Polaridad.

REDESCUBRIENDO A MI PAREJA

- Cómo identificar su canal sensorial preferente de comunicación, sin pasar por un test. Pistas de acceso ocular. Palabras y expresiones con base sensorial.
- Entendiendo la forma en que percibe y procesa las cosas, así como la manera en que desarrolla sus decisiones.

Módulo 2: **POTENCIANDO MI COMUNICACIÓN**

¿QUÉ ES LA COMUNICACIÓN Y PARA QUÉ SIRVE?

- La Rueda de la Comunicación.
- La Comunicación Verbal y el arte de la escucha.

HERRAMIENTAS DE LA COMUNICACIÓN

- La comunicación no verbal. Identificando el mensaje que no vocalizamos.

- Desarrollo Humano y Laboral
- Competencias Laborales
- Bienestar Laboral
- RSE

- Potenciando la escucha activa. Escuchando con todo el cuerpo
- Asegurando la escucha. El parafraseo. Qué, Cómo y Porqué

TÉCNICAS PNL DE COMUNICACIÓN

- Calibración. Reconocimiento facial de las emociones.
- Rapport o Acompasamiento. Reflejando la emoción, el cuerpo y el lenguaje para mejorar nuestra comunicación efectiva.
- Feedback, la herramienta estratégica. Retroalimentación positiva: Mostrando aprecio y corrección.

PREGUNTAS PODEROSAS

- Planteando las preguntas correctas. Preguntas abiertas y cerradas. Preguntas Horizontales, verticales y transversales.
- Las preguntas del coach. Estrategias sobre cómo hacer preguntas..

Módulo 3: COMO AYUDAR A MI HIJO A TRIUNFAR

EMPATIA

- Las diferencias generacionales y donde me ubico en este panorama.

REDESCUBRIENDO A MI HIJO

- Identificando su canal sensorial preferente, las cualidades que lo distinguen y cómo ello determina sus niveles de comunicación.

DESARROLLANDO EL LIDERAZGO DEL PADRE

- El modelo de Liderazgo de Hersey y Blanchard y cómo lo puedo aplicar en mis relaciones con mi hijo.
- El Test de Estilos de Liderazgo y cómo identificar mi estilo frente a la madurez de mi hijo. Estrategias de manejo y desarrollo.
- Identificación del estilo de liderazgo apropiado y de las competencias necesarias a desarrollar y/o fortalecer
- Estrategias para ayudar a modificar el nivel de madurez de mi hijo.

AMOR Y LÍMITES

- Padres con límites, hijos que crecen con límites. Amor, libertad, derechos y responsabilidades
- ¿Qué deseo para mi hijo?
 - ❖ ¿Y qué debo hacer para lograrlo?
 - ❖ Importancia de una vida basada en principios y metas
 - ❖ No puedo pedir, lo que no soy capaz de dar
- Padres con Límites
 - ❖ Haz lo que digo, no lo que hago

- ❖ 3 Vías de Influencia
 - Enseñar
 - Dar el Ejemplo
 - Ayudar a su hijo a Interiorizar la Realidad.
- ❖ Obstáculos a los límites
- Siete leyes sobre los límites que sus hijos deben conocer

LAS HERRAMIENTAS ADICIONALES DEL PADRE

- El efecto Pigmalión y el poder de las expectativas
- Autoestima, la tarea del padre
- Cuestionando las creencias limitantes con preguntas
 - ❖ ¿Qué esperas?
 - ❖ ¿Por qué es importante?
 - ❖ ¿Cómo sabes que está bien?
 - ❖ ¿Por qué elegir esta opción...?
 - ❖ ¿Qué puedo sacar de bueno de esto...?
- Programación mental e inconsciente
- Anclando la excelencia

Módulo 4: **CONVERSACIONES DIFÍCILES**

7 PASOS PARA CHEQUEAR LA REALIDAD

- ¿Por qué nos comunicamos? Los dos problemas de la comunicación
- ¿Cómo nos Comunicamos desde el Estrés? ¿Por qué entendemos cosas diferentes a la realidad? Las percepciones
- Entendiendo mis emociones y posición.
 - ❖ ¿Estoy dispuesto a aprender?, ¿demostrar que el otro se equivocó me hace una mejor persona? ¿Qué es lo que me molesta?, ¿puedo describir los hechos sin emociones? ¿Qué significa esto para mí? ¿Por qué me duele?
 - ❖ ¿Podría esto significar otra cosa? ¿Qué cosa podría significar? Poner en duda mis certezas
- ¿Qué cosa necesito para sentirme mejor?
 - ❖ Comprensión. Expresar mis sentimientos. Que mi pareja haga algo en particular. Solucionar un problema.
- Cómo comunico mis necesidades
 - ❖ Técnicas de comunicación más efectivas
 - ❖ Qué funciona para un hombre y una mujer
 - ❖ Qué hacer si se sale de control.
 - ❖ ¿Qué es fantástico de esta situación? Beneficios.

- Desarrollo Humano y Laboral
- Competencias Laborales
- Bienestar Laboral
- RSE

6. METODOLOGÍA

- **EVALUACIONES**
 - Test de Benziger / VAKOG / Polaridad / EDA Estilos de Aprendizaje
- **TALLER**
 - El desarrollo del taller será teórico interactivo, práctico y experiencial, teniendo como base las intervenciones del facilitador en la parte teórica y en la contextualización del “para qué”. El facilitador planteará dinámicas y ejercicios vivenciales tanto individuales como grupales, motivando la intervención activa y la discusión permanente, logrando el aprendizaje y desarrollo de las habilidades mencionadas.
 - La capacitación no se realiza en modalidad conferencia.
 - Ejercicios individuales bajo el objetivo de “Aprender haciendo” vs. “Aprender viendo o escuchando”
- **MATERIALES:**
 - Las hojas de trabajo, evaluaciones, blocks de trabajo, lapiceros, plumones y papelografos a utilizar se incluyen en la propuesta. Las presentaciones de referencia, se distribuirán de manera digital, por correo o a través de nuestro servidor web.

7. FACILITADOR

Pablo

- Coach–Consultor certificado por la Universidad Ricardo Palma. Especialización Coaching y PNL en Gerencia de Proyectos, ESAN. Más de 1800 horas facilitando diversos talleres de desarrollo de competencias directivas para empresas del sector minero, industria y agroindustria, como Buenaventura, AESA Minería, Camposol, AgroIndustrial Laredo, ISM Industrias San Miguel, Movil Tours, Petrex, Diners Club, Club de Regatas Lima, Ministerio de la Mujer, Municipalidad de San Isidro, Municipalidad Metropolitana de Lima, U. San Cristóbal de Huamanga, Instituto de Neoplásicas INEN, IREN Norte, Hospital Almenara y EsSalud Huancavelica. Consultor de Negocios orientado al desarrollo del potencial humano. Consultor especialista del programa de Gestores Voluntarios de COFIDE y Expositor de la Tabla de Negocios MyPE. Coordinador de la implementación de los talleres de esImagen desde hace nueve (09) años. Presidente del Instituto de la Gestión y Desarrollo Educare Perú, orientado al desarrollo e implementación de programas de fortalecimiento de las capacidades y competencias emocionales de las parejas, padres y familias. Ingeniero Civil UNI. Se desempeñó como Director del Instituto de la Construcción y Gerencia, así como Director del centro Creative Center del Instituto Telematic. Ha sido jefe de Marketing de diversas organizaciones, entre ellas de Intercede, empresa de capacitación del sector minero. Ha realizado consultoría en temas de desarrollo digital e Internet para la USIL, Provide, Embajada Alemana y la Autoridad Portuaria Nacional.

