



PROGRAMA DE EDUCACIÓN socio-emocional

CUANDO LOS NIÑOS ALREDEDOR DEL MUNDO ENTIENDAN QUE TODOS LOS HUMANOS, INCLUIDOS ELLOS MISMOS, TIENEN UNA CHISPA DE BONDAD, NO HABRÁ MAS ESPACIO PARA PREJUICIOS, GUERRAS, ARMAS O DROGAS.

KAREN BERG

Nuestro programa se diferencia de otros programas por ser pionero en el aprendizaje socio-emocional enriquecido por la inteligencia espiritual y la energía vital. Enseña a los niños de 8 a 12 años de edad a comprender y manejar sus emociones, paso a paso, mientras les proporciona las herramientas para aumentar su auto AMOR y encender su compasión por los demás. Ayudamos a los niños a reconocer las oportunidades en cada obstáculo (ya sea externo o interno), a gestionar sus emociones, a identificar la causa y el efecto, a tomar decisiones más acertadas, y a despertar todo su potencial. Como resultado, los niños adquieren confianza, resiliencia, empatía y sentido de propósito.

Misión

Nuestra misión es ayudar a los niños a desarrollar resiliencia, autoconciencia, fomentar la compasión y la responsabilidad, en especial cuando se enfrentan a desafíos y tienen dudas sobre sí mismos. Los orientamos para que encuentren oportunidades en los retos, aprendan a escuchar su intuición y tomen decisiones más acertadas. Nuestra razón de ser, es ayudar a los niños para que se sientan seguros, conectados y empoderados.

Como funciona SFK

En tan sólo 12 semanas los niños van a aprender habilidades prácticas socio-emocionales, espirituales y energéticas, que van a fortalecer la confianza en sí mismos y fomentarán la compasión hacia los demás. SFK enseña a los niños mucho más que a sólo mejorar su comportamiento. Les enseña a ver

profundamente dentro de ellos mismos, así como a tener una perspectiva global. Ayudamos a los niños a conectarse con su verdadero ser, comprender por qué son únicos y por qué es importante que comparten sus talentos con el mundo. SFK también les ayuda a ver las ondas expansivas que forman con sus decisiones y acciones, no sólo en aquellos que están a su alrededor, sino en el mundo entero.

Los graduados de SFK:

- Tienen mayor habilidad para manejar emociones en situaciones difíciles
- Comparten, cooperan, y ayudan más
- Experimentan un nivel más bajo de frustración y menos enfrentamientos
- Profundizan su sentido de responsabilidad
- Ven los retos como oportunidades
- Expresan más confianza, tenacidad y valentía
- Tienen conexiones más profundas con sus padres, hermanos, y la comunidad
- Aumentan su auto AMOR, se hacen conscientes de su potencial y muestran más esfuerzo
- Toman mejores decisiones y son más compasivos

SFK y el aprendizaje social y emocional (ASE)

El Aprendizaje Socioemocional (ASE) es el proceso a través del cual los niños y los adultos adquieren y efectivamente aplican el conocimiento, actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar emociones, establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables.

En nuestro modelo vamos un paso más allá, abordando el desarrollo de la Inteligencia Espiritual.

La Inteligencia Espiritual representa una dimensión superior de la inteligencia, la cual activa las cualidades y capacidades únicas del ser humano en forma de amor, sabiduría y compasión. Al mismo tiempo, permite mantener la paz interna y externa, sin importar las circunstancias, y como resultado permite una mayor comprensión del sentido y propósito de la vida.

LAS COMPETENCIAS DEL APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL (ASE)



ASE y la Inteligencia Emocional

La Inteligencia Emocional está relacionada con la habilidad para identificar y gestionar las emociones propias, así como las de los demás. Por lo general, se dice que incluye estas tres habilidades:

- La conciencia emocional, es la habilidad de identificar y ponerle nombre a las emociones;
- La capacidad de aprovechar esas emociones y utilizarlas para realizar tareas como pensar y resolver problemas; y
- La competencia para gestionar las emociones, entre las cuales se incluye la autorregulación cuando sea necesario, y alegrar o calmar a otras personas.

ASE y la Inteligencia Espiritual

La Inteligencia Espiritual es una dimensión superior de la inteligencia que permite activar cualidades y capacidades auténticas del individuo (o del alma), en forma de sabiduría, compasión, integridad, alegría, amor, creatividad y paz. La Inteligencia Espiritual es el resultado de tener sentido y propósito mucho más profundos, además de mejorar distintas habilidades importantes para la vida y el trabajo.

- Ser consciente de uno mismo, explorar el interior y asumir la completa responsabilidad de nuestra felicidad y alegría.
- Observar el mundo exterior para fomentar relaciones positivas con otras personas y con la comunidad en general.
- Ser conscientes de nuestra profunda interconexión con los demás y el mundo que nos rodea.



¿Qué entendemos por "espiritualidad"?

Usamos el término espiritualidad para hacer referencia a los aspectos del desarrollo del niño que van más allá del cuerpo y la mente. Para conectar con ese poderoso e inefable núcleo de quienes son, más allá de sus sentimientos y pensamientos. Este asombro por la vida promueve un sentimiento de interconexión, también conocido como la inteligencia espiritual.

SFK ofrece apoyo y herramientas prácticas “LAICAS”, para criar a un niño consciente, sin entrar en conflicto con ninguna creencia, filosofía o enseñanza religiosa.

Metodología™

Todas las sesiones de **Ganando en el Juego de la Vida™** son divertidos programas adaptados a las necesidades y ritmo de los estudiantes.

El currículum está diseñado para cubrir las necesidades de cada estudiante, y todos los diferentes estilos de aprendizaje, empleando distintas prácticas como: mindfulness, yoga, breathwork, reiki, VEO, videos, animaciones, juegos, actividades, un diario de reflexión y más.

Cada nivel consiste de diversas lecciones, con un prólogo y un epílogo, con duración de 2:00 hrs. una vez a la semana, y generalmente se componen de los siguientes bloques:

- PRÁCTICA DE MINDFULNESS (MEDITACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA ATENCIÓN PLENA) PARA QUE LOS NIÑOS LA ASIMILEN COMO UNA HERRAMIENTA DE ATENCIÓN Y CONTENCIÓN.
- PRÁCTICA DE YOGA ENFOCADA EN DESARROLLAR LA PROPIOCEPCIÓN PARA EL RECONOCIMIENTO DE SUS SENSACIONES CORPORALES.
- PRÁCTICAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA QUE LOS NIÑOS APRENDAN A RECONOCER, ACEPTAR, MODULAR Y VACIAR SUS EMOCIONES.
- PRÁCTICAS DE BREATHWORK (RESPIRACIÓN ENFOCADA) PARA QUE LOS NIÑOS LA ASIMILEN COMO UNA HERRAMIENTA DE CONTENCIÓN.
- PRÁCTICAS DE REIKI ENFOCADAS LA ACTIVACIÓN, RECONOCIMIENTO Y MANEJO DE SU ENERGÍA PERSONAL.
- PRÁCTICAS DE ACTIVACIÓN DE SU VEO (VISIÓN EXTRA OCULAR) BÁSICO, PARA DESARROLLAR NUEVAS CONEXIONES NEURONALES QUE ROMPAN CREENCIAS LIMITANTES.
- CONTENIDO MULTIMEDIA: VIDEOS Y / O ANIMACIÓN ENFOCADOS EN PRINCIPIOS Y VALORES ESPIRITUALES LAICOS.
- REFLEXIONES A TRAVÉS DE PREGUNTAS Y ACTIVIDADES DE LAS LECCIONES EN UN DIARIO O CUADERNO DE TRABAJO, ENFOCADAS A ASIMILAR Y REFORZAR EL CONOCIMIENTO ADQUIRIDO SOBRE PRINCIPIOS ESPIRITUALES.
- REPASAR PUNTOS CLAVES, REGLAS, Y PALABRAS NUEVAS PARA ASIMILAR LAS IDEAS CLAVE DE LOS TEMAS, DESARROLLANDO INTELIGENCIA ESPIRITUAL.

Adicionalmente incorporamos “Escuela para Padres”:

- 3 SESIONES DE CURSO DE PARENTING “CRIANZA DEL ALMA: COMUNICACIÓN Y CONEXIÓN” ORIENTADAS A QUE LOS PADRES APRENDAN E IDENTIFIQUEN COMO ACOMPAÑAR A SUS HIJOS EN ESTA NUEVA ETAPA DE CRECIMIENTO.
- 2 SESIONES DE Q&A PERSONALIZADAS, CON DURACIÓN DE 1 HR CADA UNA, A FIN DE TRATAR SITUACIONES PARTICULARES DE SUS HIJOS, ANTES Y DURANTE EL CURSO.

Actividades en familia

El crecimiento socioemocional de un niño requiere de la implicación activa y colaborativa de los padres o tutores, no sólo en las actividades que el niño desarrolla, sino en su propio crecimiento socioemocional, lo que implica, una comunicación bidireccional, colaboración en el aprendizaje y una toma de decisiones compartida.

¿Qué implica la participación familiar en SFK?

Proporcionamos herramientas y prácticas familiares que fomenten:

- **Comunicación y colaboración.**

- **Involucramiento activo.**
- **Apoyo y seguimiento.**
- **Responsabilidad compartida.**

Beneficios de la participación familiar en SFK:

- **Mejor rendimiento.**
- **Desarrollo integral.**
- **Fortalecimiento del vínculo.**
- **Mayor sentido de pertenencia.**

En resumen, la participación familiar en SFK es fundamental para el éxito, crecimiento y bienestar integral de los niños, promoviendo una relación sólida entre la familia, y fomentando un ambiente de colaboración y apoyo mutuo.

TEMARIO DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA ESPIRITUAL Y DESARROLLO SOCIO EMOCIONAL – NIVEL I

Nivel 1: Ganando en el Juego de la Vida™

A través de la analogía de que la vida es como un juego, con jugadores, reglas, metas y desafíos, los niños descubren los lineamientos básicos para ganar en el juego de la vida.

Este nivel se realiza totalmente integrando prácticas básicas de iniciación de VEO, Yoga, Mindfulness, Breathwork y Reiki.



LECCIÓN 1:

El juego de la vida

El primer paso para ganar cualquier juego es saber y entender las reglas. En esta lección los niños entenderán que hay una simple metáfora acerca de cómo enfrentar la vida y sus numerosos desafíos.

LECCIÓN 2:

Plenitud

Todas las cosas que traen a nuestros hijos (y a nosotros!) el mayor sentimiento de

plenitud en la vida, no se pueden medir ni tocar, como el amor, la amistad y el sentimiento de hacer nuestro mayor esfuerzo

LECCIÓN 3:

La Luz

Los cálidos rayos del sol brillan incluso detrás de las nubes oscuras. Al igual que el sol está presente (en realidad y metafóricamente) incluso cuando no se puede ver, hay una fuente infinita de fuerza disponible para que los niños la tomen incluso cuando la vida está llena de desafíos. En SFK lo llamamos la Luz.

LECCIÓN 4:

Eres un jugador clave

Ya sea que solo estés escuchando a un hermano menor contar una historia o compartiendo un regalo con un amigo, todos tienen la bondad de compartir. En SFK nos referimos a esta bondad como Luz. Ayudamos a los niños a ver la Luz dentro de ellos y todas las formas especiales en que pueden compartirla con el mundo.

LECCIÓN 5:

Mi Oponente

Imagínate pateando goles en un partido de futbol sin portero. ¡No habría desafío! No mejorarías. En esta lección, los niños aprenden a ver a sus “oponentes” como sus aliados para convertirse en la mejor versión de sí mismo y desarrollar resiliencia al enfrentar a su oponente frente a frente.

LECCIÓN 6:

Mis Decisiones

Los niños (y los adultos), a menudo depositan la mayor parte de la responsabilidad de su felicidad en los que los rodean: padres, hermanos, amigos y maestros. En esta lección, aprenden que la clave de su felicidad está en sus propias manos.

LECCIÓN 7:

Haciendo un Esfuerzo

Es infinitamente mejor para tu sentido de auto AMOR esforzarte al máximo y obtener una “C” que hacer trampa y obtener una “A”. En esta lección, los niños aprenden que un sentido diferente y a menudo más profundo de plenitud y confianza proviene de hacer un esfuerzo, en lugar de tomar el camino fácil o darse por vencido.

LECCIÓN 8:

La fórmula de Cuatro Pasos

Cuando alguien nos molesta o las cosas no suceden como queremos, una reacción inmediata puede estallar antes de que sepamos lo que está sucediendo. Pero SFK tiene una fórmula que corrige los patrones de respuesta habituales de los niños de una vez por todas.

LECCIÓN 9:

El poder de compartir

En esta lección, los niños aprenden que el maravilloso sentimiento de hacer sonreír a un amigo al compartir una galleta es mucho más satisfactorio que comérsela solos. También aprenden que compartir no se trata sólo de cosas físicas. Se puede compartir bondad, calidez y fuerza.

LECCIÓN 10:

Cómo compartir

Compartir de verdad significa compartir desde el amor, compartir para ayudar y compartir sin expectativas. De hecho, a veces, el verdadero compartir significa no dar algo, por ejemplo decir “no” cuando se te pide que compartas las respuestas en un examen.

LECCIÓN 11:

Todos estamos conectados

Como las olas individuales en la superficie de un vasto océano, todos estamos hechos de la misma materia. Todos estamos conectados. Enfocarnos en las similitudes y los lazos que nos unen nos hace a todos más fuertes.

LECCIÓN 12:

El Cambio Comienza Conmigo

¡Todos los niños tienen el potencial de ser grandiosos! Pero con demasiada frecuencia, los niños miran hacia el gran mundo y no logran ver el lugar donde pueden ubicarse en él. En esta lección, ayudamos a los niños a entender realmente donde encajan.