

Tu Coach personal, la otra forma de educar a los jóvenes para la vida



¿Eres Feliz?

¿Te atreverías a preguntárselo a tu hij@ y sabrías como motivarle para conseguirlo?

El Gabinete de Asesoramiento SOPHYA (Servicio de Orientación para padres, hijos y alumnos) sigue creciendo para poder ofrecer a las familias con hijos, otros caminos para aprender a Saber Amar y Educar.

Nuestra intención es comenzar juntos esta **nueva forma vanguardista** de ayudar a los padres en vuestra tarea educativa y en cuanto a vuestra responsabilidad en la formación de vuestros hijos, evitándoos con ello, que cuando tengáis un problema con vuestros hijos principalmente adolescentes o que todas las soluciones tradicionales de intervención familiar y escolar no hayan funcionado, que no os parezca que entonces las posibles soluciones solo se encuentran en la medicina o en la psicología.

El Coach personal, es un **método no solo preventivo sino también modificador de conductas** en plena maduración personal. Con ello ponemos de nuevo en marcha el eslogan del Gabinete Sophya:

“No se trata tanto de pensar mucho mas, como de pensar de otra manera”

El artículo de M. Chelle hace un análisis explicativo de la situación actual de los jóvenes y al mismo tiempo os brinda la oportunidad a los padres de que sepáis que existen formas y modelos de educación donde no tenemos porque terminar por:

“apartarnos nosotros como padres de la educación de nuestros hijos o apartar a nuestros hijos de su desarrollo personal por falta de conocimientos y herramientas mas actuales”

Cuando uno entiende el método que es utilizado en la **aplicación del Coach Personal**, los problemas y situaciones por muy complicadas que sean, no lo son mas que las personas afectadas, que en este caso son los padres y sus hijos.

Educar para la vida

Un análisis de lo que está sucediendo en la sociedad actual, nos muestra una foto en la que muchos de nuestros jóvenes no piensan en el futuro, no tienen proyectos vitales, no saben lidiar con los fracasos y las decepciones, ni resolver sus conflictos personales.

Tradicionalmente, el sistema educativo se ha centrado en el desarrollo cognitivo de los alumnos, prestando poca atención a su desarrollo emocional y a su educación para la vida. En la actualidad poseemos mucha más información que en ninguna otra época y, sin embargo, no sabemos qué hacer con ella. La educación no debe basarse sólo en la memorización, en el conocimiento teórico y en enseñar respuestas, además debe incluir:

“la reflexión, la innovación y la capacidad para hacerse las preguntas adecuadas en cada momento”

Por ello es imprescindible ver la **educación emocional como un proceso continuo y permanente**, que estimula el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos las bases esenciales del desarrollo de la personalidad integral de las personas.

Se trata de educar para la vida, a través del desarrollo de una serie de actitudes (SER), competencias (SABER) y habilidades (HACER), que facilitan el desarrollo de la personalidad integral de nuestros niños y jóvenes

La educación emocional aporta grandes beneficios aumentando las habilidades sociales, y las emociones positivas en el entorno del niño/a, y adolescente, disminuyendo así los pensamientos auto-destructivos y mejorando su autoestima.

“Una buena educación emocional supone en definitiva una mejor adaptación escolar, social y familiar”

El objetivo es tener un mejor conocimiento de las propias emociones y así también sabremos identificar las de los demás. Y aprendiendo a regularlas, sabremos:

“generar emociones positivas y desarrollaremos la capacidad de auto-motivarnos”

Hay padres que siguen “obsesionados” con los resultados académicos. Es natural que deseemos un buen futuro para nuestros hijos, pero de nada sirve un título “enmarcado en la pared”, si ni siquiera nos conocemos bien a nosotros mismos. Al final, se van encadenando una serie de “éxitos” profesionales y materiales, pero nuestros hijos ¿son realmente personas con verdadero éxito en la vida?

Con actitud firme y respetuosa, no podemos vivir rendidos a la voluntad de nuestros niños y jóvenes. No podemos criar hijos sin destino.

Con el Coach Personal podremos ayudaros a desarrollar en vuestros hijos su autoconocimiento, autoestima, confianza y regulación emocional

Según Salovey y Mayer, la Inteligencia Emocional es:

“Un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones”