

# Escuela de madres y padres de DESPEGAMOS

Catálogo de cursos, talleres y actividades  
Programación 2020-2021



**despegamos**

La academia del cambio

# ESCUELA DE MADRES Y PADRES

## INDICE



### P. 3 - FORMACIÓN #PADRESCONSCIENTES

Talleres formativos independientes en los que aprenderás las mejores herramientas para poder ayudar mejor a tu hijo/a en casa.



### P. 5 - CÍRCULO DE MADRES Y PADRES

Encuentros mensuales para compartir situaciones y soluciones entre padres y madres preocupados por la educación de sus hijos.



### P. 7 - CURSO AVANZADO DE CRECIMIENTO PERSONAL

Curso de 9 meses que te ayudará a sanar las heridas emocionales de tu historia para que no acaben afectando a tu hijo/a.

# **“EL CAMBIO, SERÁ FAMILIAR, O NO SERÁ”**

La familia es el pilar fundamental para que se pueda realizar la transformación.

Aprende los mejores recursos para poder ayudar a tu hijo/a en casa y conviértete en tu mejor versión cómo padre o madre.

# FORMACIÓN

# #PADRESCONSCIENTES



FORMACIÓN  
#PADRES  
CONSCIENTES

PARA  
MADRES  
Y PADRES

---

Por fin una  
formación que  
facilita la vida  
a madres y padres



De noviembre del 2020  
a junio del 2021

Quizás piensas que esto de ser madre o padre no se puede enseñar, que cada caso es un mundo y que no hay recetas milagrosas. Es verdad, cada persona y cada familia se encuentra en una situación distinta, pero hay una información muy valiosa que es universal y debería estar al alcance de todos los padres y madres para que puedan educar y ayudar a sus hijos e hijas de la mejor manera posible.

## ¿QUÉ ES LA FORMACIÓN #PADRESCONSCIENTES?

A lo largo de nuestra vida nos han enseñado muchas cosas, pero en la mayoría de los casos nunca hemos recibido formación profesional para uno de los mayores retos que nos encontramos: SER MADRES O PADRES.

Pero esto no tiene porque seguir siendo así. La formación #padresconscientes está pensada para todas las madres y padres que quieren poder dar la mejor educación a sus hijos y están dispuestas a recibir los mejores consejos de la mano de profesionales de la educación.

### NOVIEMBRE 06/11/20 y 13/11/20

#### AYUDA A TU HIJO/A A MEJORAR SU MOTIVACIÓN

¿Por que mi hijo/a está desmotivado? Puede que esté enfadado o que crea que no puede conseguir sus objetivos. En cualquier caso, siempre hay un **motivo oculto** que provoca la desmotivación. La clave para superarlo será **detectar** este motivo para poder acompañar a nuestros hijos a superarlo. Esta formación te enseñará cómo puedes conseguirlo.

### DICIEMBRE 04/12/20 y 11/12/20

#### AYUDA A TU HIJO/A A VIVIR SU ADOLESCENCIA

La adolescencia por naturaleza es combulsa, pero no tiene porque ser conflictiva. Se convierte en conflictiva cuando los padres no sabemos cómo **acompañar a nuestros hijos** en esta transición. Es muy importante que, como padres, **entendamos qué es lo que sucede** en esta etapa para poder evitar el conflicto y conseguir que todos la vivamos de la mejor forma posible.

### ENERO 15/01/21 y 22/01/21

#### AYUDA A TU HIJO/A A MEJORAR SU AUTOESTIMA

Un bajo nivel de autoestima condiciona la **personalidad y la vida de nuestros hijos**. Ayudarles a mejorarla es un reto muy complicado y es muy fácil que fracasemos en el intento. En esta formación entenderemos porqué no lo estamos consiguiendo y aprenderemos cómo podemos **acercarnos a nuestros hijos para poder lograrlo**.

### FEBRERO 19/02/21 y 26/02/21

#### APRENDE A DETECTAR LAS HERIDAS EMOCIONALES DE TU HIJO/A Y AYUDALE A SANARLAS

Como padres y madres nuestro principal deseo es que **nuestros hijos estén bien y que les podamos ayudar**. Cuando algo va mal, para conseguir ayudarles, tenemos que saber exactamente qué es lo que está sucediendo. Muchas veces, este "algo" está oculto porque se trata de una herida emocional que todavía no hemos detectado. Para poder ayudarles será clave aprender a **observar, detectar y sanar**.

### MARZO 19/03/21 y 26/03/21

#### AYUDA A TU HIJO/A A MEJORAR SU AUTONOMÍA

Uno de los aprendizajes vitales para nuestros hijos es aprender a ser autónomos ya que necesitan **poder ser resolutivos y tener iniciativa**. En muchos casos los niños y niñas se resisten y esto acaba generando conflictos en casa que empeoran nuestra relación con ellos. En este taller aprenderemos porqué está sucediendo y te daremos las herramientas clave para conseguirlo.

## ¿CÓMO FUNCIONA EL CURSO?

A lo largo del curso, de noviembre a junio, realizaremos 8 talleres formativos, uno por mes. Cada taller tiene una temática distinta relacionada con la educación de nuestros hijos. Se pueden realizar de forma independiente o se puede hacer todo el curso.

Cada taller se divide en 2 sesiones de 2 horas cada una, así que cada taller dura un total de 4 horas. Estas sesiones se realizan siempre los viernes de 18.00 a 20.00

### ABRIL 16/04/21 y 23/04/21

#### APRENDE A VER QUE TU HIJO ES TU ESPEJO

Entenderemos, mediante el "Arte de la Autoobservación", que todo lo que nos molesta de nuestros hijos está producido por nuestra carga y tiene mucho que ver con nosotros mismos. La única manera que tiene nuestro hijo de dejar de hacer lo que nos molesta es que nosotros aprendamos a ver lo que nos está transmitiendo con su comportamiento. Es sorprendente, pero es así, y quien lo entiende y lo aplica, **mejora su vida y la de sus hijos** de forma automática.

### MAYO 14/05/21 y 21/05/21

#### AYUDA A TU HIJO/A A MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

¿Es útil el castigo? ¿Cómo vivimos el conflicto en nuestra familia? En la mayoría de los casos juzgar, criticar, reñir o castigar puede hacer que nuestro hijo se aleje de nosotros y luego sea mucho más difícil mejorar su comportamiento. En esta formación analizaremos **cómo gestionamos los conflictos** y aprenderemos la mejor manera de **reconducir la situación** para ayudar a nuestros hijos a mejorar su comportamiento.

### JUNIO 11/06/21 y 18/06/21

#### APRENDE A MEJORAR LA COMUNICACIÓN CON TU HIJO/A

Poder comunicarte sin problemas con tu hijo es el pilar fundamental que se tiene que implementar en nuestra familia para poder conseguir todas las mejoras necesarias. Aprenderemos una manera completamente distinta de relacionarnos con nuestros hijos basada en los **8 principios fundamentales para fomentar las relaciones saludables y la comunicación positiva**. Una herramienta que lo cambiará todo.

## INVERSIÓN EN EL CURSO

Cada taller tiene un valor de 100 € si se realiza de forma individual. (Contando las 2 sesiones)

#### DESCUENTOS:

PACK de 2 talleres = 180 € (Te ahorras 20€)

PACK de 4 talleres = 350 € (Te ahorras 50€)

PACK de 8 talleres = 600 € (Te ahorras 200€)

\*20 % de descuento adicional si asisten a la sesión los dos miembros de la pareja.

\*Si por la situación actual no podemos realizar las sesiones de forma presencial, lo haremos en formato On-line con un coste de 60€ por sesión.



# CÍRCULO DE MADRES Y PADRES

ACTIVIDAD GRATUITA

CÍRCULO DE  
MADRES Y  
PADRES

**PARA  
MADRES  
Y PADRES**

---

Encuentros de  
madres y padres  
preocupados por la  
educación de sus  
hijos e hijas



De octubre del 2020  
a junio del 2021

“Necesitaria un millón de vidas para aprender  
todo lo que necesito... a no ser que también  
pueda aprender de los demás”

## ¿QUÉ ES EL CÍRCULO DE MADRES Y PADRES?

El "Círculo de madres y padres" consiste en una serie de encuentros mensuales, de participación libre y gratuita, en los que los participantes **comparten problemas, experiencias y soluciones relacionadas** con la crianza de los hijos.

Gracias a estos encuentros, nos podemos dar cuenta de que nuestras situaciones no son únicas y podemos tomar ejemplo de otras familias que ya han resuelto conflictos parecidos a los nuestros.

## ¿CÓMO FUNCIONA EL CÍRCULO?

A lo largo del curso, de octubre a junio, realizaremos un encuentro un viernes de cada mes. Cada mes trataremos los asuntos que se hayan trabajado en las cápsulas formativas aunque también podremos tratar cualquier tema que surja. Se trata del momento ideal para plantear y resolver dudas.

\*No es necesario haber estado en las formaciones para participar y sacar provecho de estos encuentros.

Estos encuentros se realizan siempre **los viernes de 18.00 a 20.00.**

---

# PROGRAMACIÓN CÍRCULO

**OCTUBRE** *Viernes 30/10/20*

**MOTIVACIÓN** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**NOVIEMBRE** *Viernes 27/11/20*

**ADOLESCENCIA** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**ENERO** *Viernes 08/01/21*

**AUTOESTIMA** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**FEBRERO** *Viernes 05/02/21*

**HERIDAS EMOCIONALES** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**MARZO** *Viernes 05/03/21*

**AUTONOMIA** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**ABRIL** *Viernes 09/04/21*

**LEY DEL ESPEJO** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**MAYO** *Viernes 07/05/21*

**COMPORTAMIENTO** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

**JUNIO** *Viernes 04/06/21*

**COMUNICACIÓN** + OTROS TEMAS QUE PUEDAN SURGIR

## INSCRIPCIONES ACTIVIDAD GRATUITA

La asistencia al "Círculo de Madres y Padres" es gratuita.

Lo único que debes hacer si quieres asistir a las sesiones o a alguna de ellas es llamarnos al 601704149 o mandarnos un correo a [info@academiadespegamos.com](mailto:info@academiadespegamos.com) para reservar tu plaza.

\*Plazas limitadas.



# CURSO AVANZADO DE CRECIMIENTO PERSONAL

CURSO AVANZADO  
CRECIMIENTO  
PERSONAL  
**PARA  
MADRES  
Y PADRES**

Para poder ayudar  
a nuestros hijos,  
antes tenemos que  
mejorar nosotros



De noviembre del 2020  
a junio del 2021

No podemos cambiar directamente la actitud de nuestros hijos. Lo único que podemos hacer es mejorar nosotros a través de un proceso de crecimiento personal para que esto provoque finalmente un cambio en el comportamiento de nuestros hijos. Es decir que si conseguimos cambiar nosotros, cambian ellos. "Hay mucho de nosotros en nuestros hijos". La fórmula del éxito en la crianza de los hijos dice que "Padre Sano = Hijo Sano"

## ¿QUÉ ES EL CRECIMIENTO PERSONAL Y PORQUÉ ES NECESARIO?

El crecimiento personal consiste en la realización de un viaje personal que nos ayudará a **detectar y resolver esos bloqueos inconscientes** que llevan tiempo limitándonos y haciendo que nuestra vida sea más difícil de lo que debería. Estos bloqueos también afectan a nuestro entorno, especialmente a **nuestros hijos** que dependen directamente de nuestro comportamiento.

Gracias al crecimiento personal, las personas **podemos empoderarnos y conseguir esos cambios** en nosotros y en nuestra pareja o hijos que tanto tiempo hemos estado deseando pero que todavía no hemos podido conseguir.

### 1ª sesión 14/11/20

#### PRESENTACIÓN DEL CURSO, NACIMIENTO Y PRIMERA INFANCIA

Presentación del curso y de todas las herramientas emocionales y reflexivas que realizaremos en las distintas sesiones. Empezaremos nuestro viaje de crecimiento personal analizando nuestra familia de origen, cómo fue nuestro nacimiento y cómo fueron nuestros primeros años de vida.

### 2ª sesión 12/12/20

#### EL NIÑO INTERIOR Y LA FAMILIA

Analizaremos y trabajaremos la etapa "Yo, como hijo de alguien". Es la etapa en la que empezamos la construcción de nuestra identidad y personalidad basándonos en los estímulos recibidos por nuestro entorno aunque todavía seguimos siendo una extensión de nuestros padres.

### 3ª sesión 23/01/21

#### ADOLESCENCIA

Trataremos la etapa de fractura o desvinculación con nuestros padres. Aparece el "Yo, como persona individual". Se trata de la etapa más importante en la construcción de nuestro "Yo personal" porque por primera vez nos encontramos solos y nos convertimos en una persona individual.

### 4ª sesión 20/02/21

#### LA AUTOESTIMA

Se trata de la primera parada de nuestro viaje. En ella aprovecharemos para trabajar nuestra autoestima, el motor del bienestar y el primer elemento que necesitamos para poder convertirnos en nuestra mejor versión cómo padre o madre.

### 5ª sesión 20/03/21

#### LA JUVENTUD

Se trata de una etapa en la que comenzamos a recoger los frutos de todas las vivencias de nuestras etapas anteriores y empezamos a darnos cuenta de lo que podemos ofrecer nosotros al mundo (hacia la pareja, hacia el trabajo, nuestras habilidades, nuestros valores...).

## ¿CÓMO FUNCIONA EL CURSO?

Un **viaje de 9 meses** desde el inicio de mi vida hasta la actualidad que me permitirá sanar todos los bloqueos que hayan podido aparecer en cualquier etapa de mi vida. Este proceso de transformación me convertirá en **mi mejor versión como padre o madre** para que pueda finalmente ayudar a mi hijo de la mejor manera posible.

El curso se divide en **9 sesiones grupales**. Las sesiones tienen lugar un sábado al mes, **de 10.00 a 15.00 y de 16.00 a 19.00**, en la Academia Despegamos del Paseo Canalejas 57, en Santander.

### 6ª sesión 10/04/21

#### TRABAJO, PROSPERIDAD, ABUNDANCIA Y DINERO

En esta segunda parada del viaje podremos focalizarnos hacia nuestra autorrealización y hacia nuestra capacidad para crear y generar valor para nuestro entorno.

### 7ª sesión 08/05/21

#### LA RELACIÓN DE PAREJA Y LA SEXUALIDAD

Analizaremos el tipo de parejas y relaciones que hemos tenido anteriormente así como nuestra pareja actual. Entenderemos como nos relacionamos con nuestra pareja y cómo vivimos el intercambio entre dar y recibir.

### 8ª sesión 29/05/21

#### EL ADULTO

Trabajaremos la etapa de la vida en la que nos estamos preparando para poder crear nuestra propia familia. Veremos como se encontraba nuestro Yo niño, nuestro Yo adolescente y nuestro Yo joven en el momento previo a ser padre o madre.

### 9ª sesión 19/06/21

#### TRANSFORMACIÓN: EL PADRE SANO

Este es el final de nuestro viaje. Con todas las etapas anteriores saneadas podremos renacer en nuestra mejor versión como padres. En este punto nos daremos cuenta de que ya llevamos 9 meses ayudando a nuestros hijos y podremos dar por finalizada nuestra transformación.

## INVERSIÓN EN EL CURSO

Cada sesión presencial vale **120€**

**DESCUENTOS:** Si vienes en pareja valen 100€ (Te ahorras 40€ entre los dos)

Inscripciones y más información en [www.academiadespegamos.com](http://www.academiadespegamos.com) o llamando al **601704149**

\*Si por la situación actual no podemos realizar las sesiones de forma presencial, lo haremos en formato On-line con un coste de 60€ por sesión.

# Escuela de madres y padres de DESPEGAMOS



601704149

[www.academiadespegamos.com](http://www.academiadespegamos.com)

[info@academiadespegamos.com](mailto:info@academiadespegamos.com)

Calle Canalejas, 57, Santander



**despegamos**

La academia del cambio