



Asociación para el Desarrollo del Talento Femenino

MUJER, SUBE AL TREN

PRESENTACIÓN:

Te invitamos a formar parte de la última y más poderosa ola del movimiento de la mujer. Las mujeres están encontrando su propio camino, se están haciendo más estratégicas, al mismo tiempo que siguen cargadas con el peso de viejas exigencias que aún están presentes. En este cambio de tiempo, te invitamos a tomar el protagonismo de tu vida, buscando tus objetivos, desarrollando tus talentos; a la vez que contribuyes a crear nuevos patrones de relación entre las personas y con el planeta.

OBJETIVOS:

Identificar los objetivos que realmente reflejan nuestras aspiraciones y valores
Identificar y poner en valor las cualidades propias de la mujer, dentro de una concepción amplia como es la de la feminidad.
Crear nuevas formas de interrelación entre hombres y mujeres, y entre las mujeres mismas.
Promover la conciencia del poder transformador de la mujer como colectivo

PROGRAMA:

- ✓ Mecanismos para identificar objetivos, coherentes con los propios deseos y aspiraciones. Los temores femeninos; víctima vs protagonista. El Plan de Vida estratégico.
- ✓ Patrones culturales actuales y cómo afectan a la imagen de sí misma de la mujer.
- ✓ Recorrido por los recursos y cualidades propias de la mujer, en que situaciones resultan más útiles, sus ventajas. Identificar los propios recursos.
- ✓ Diferentes enfoques sobre la feminidad. Encontrar el propio estilo.
- ✓ Otras formas de liderar, cómo y dónde.
- ✓ El nuevo “contrato de pareja”.
- ✓ La vuelta a la tribu, construir una nueva relación de apoyo entre las mujeres.
- ✓ Los círculos de mujeres. Otra forma de trabajo colectivo, cómo se constituyen, hasta donde pueden llegar.

DURACIÓN DEL CURSO: 15 horas

10 sesiones de 1,5 horas.

AUDIENCIA: Grupos de mujeres entre 10 y 20 personas.

FORMATO: Taller práctico.

Mediante ejercicios y dinámicas participativas se busca la reflexión y discusión de los contenidos propuestos. Utilizaremos lecturas de referencia en los diferentes temas. Las conclusiones surgirán del proceso de intercambio y discusión del propio grupo.