

MUJERES: ESTRATEGIAS PARA BUSCAR UN MEJOR POSICIONAMIENTO LABORAL



EN VIVO A DISTANCIA

CURSO

“MUJERES: ESTRATEGIAS PARA BUSCAR UN MEJOR POSICIONAMIENTO LABORAL”.

Duración

12,5 horas en un total de 5 encuentros de 2,5 horas cada uno.

Temario

Unidad 1: Mujeres y marco cultural.

- Vamos a observar la cultura patriarcal y el impacto de los roles que nos son asignados al nacer.
- Conversaremos sobre machismo y micromachismos para comprender su vinculación con nuestro bienestar emocional y desarrollo profesional.
- Realizaremos la rueda de liderazgo personal para establecer un punto de partida y una meta para el recorrido que realizaremos juntas.

Unidad 2: Obstáculos y desafíos.

- Descubriremos los principales patrones de comportamiento que limitan nuestra propia identidad, nos sobrecargan, exigen y desgastan infructuosamente.
- Analizaremos casos prácticos desafiantes del ámbito laboral: propuestos por la docente, y traídos por las mismas participantes, para encontrar en red nuevos recursos de afrontamiento.
- Evaluaremos el impacto de las tareas de cuidado, hogar y familia en nuestro desarrollo profesional.

Unidad 3: Estrategias de empoderamiento.

- Mediante ejercicios prácticos podrás reconocer dónde se fuga tu talento, visualizar las estructuras de poder en las que te encuentras inmersa y plantear nuevas estrategias de acción.
- Realizaremos el diseño de un plan de acción para que puedas definir los próximos 3 pasos para tu desarrollo.