

Propuesta Formativa

Curso sobre Autonomía Emocional y Prevención de las Violencias Machistas

1. Información General del Curso

- Título: Autonomía Emocional como herramienta para la Prevención de las Violencias Machistas.
- Descripción: Formación orientada a profesionales que trabajan en la atención a mujeres, con el fin de mejorar sus competencias en autonomía emocional como estrategia clave en la prevención de las violencias machistas.
- Duración: 12 horas distribuidas en 2 sesiones presenciales teóricas (10h) y una práctica (2h).
- Fechas: miércoles 15 y miércoles 22 de octubre.
- Modalidad: [presencial / online / **híbrida**]

2. Objetivos de la Formación

- Adquirir competencias en autonomía emocional aplicables a la intervención profesional.
- Fortalecer las herramientas de prevención de violencias machistas.
- Promover prácticas de autocuidado y bienestar entre profesionales.
- Favorecer la transferencia de los aprendizajes a distintos ámbitos laborales.

3. Contenidos Formativos

Módulo 1: Introducción a la autonomía emocional.

- Conceptos relacionados con la Autonomía Emocional: Patriarcado, Amor Romántico, mandatos de género, Imperio del Agrado, culpa, perversión del vínculo, explotación emocional, soledad...
- Autonomía Emocional

Módulo 2: Autonomía emocional y su relación con la prevención de violencias machistas.

- Propuesta formativa: viaje al bienestar emocional: fomentando la autonomía emocional en las mujeres
- Recomendaciones para la facilitación

Módulo 3: Dinámicas prácticas y estrategias de intervención.

- Dinámicas artísticas, participativas y vivenciales

Módulo 4: Autocuidado profesional y trabajo en red.

- Cuidados profesionales y Autonomía Emocional

4. Metodología de Trabajo

La formación se desarrolla con metodología participativa y vivencial, combinando teoría con ejercicios prácticos, dinámicas de grupo y análisis de casos. Se utilizarán materiales de apoyo como guías metodológicas, recursos audiovisuales y actividades colaborativas. Se incorporará una perspectiva de género interseccional en todo el proceso de aprendizaje.

5. Perfil de los/as Participantes

Dirigido a profesionales de ámbitos como trabajo social, psicología, educación, salud, abogacía y otros servicios que intervienen en la prevención y atención de las violencias machistas. No se requieren requisitos previos.

6. Equipo Docente

La formación estará a cargo de expertas en intervención social, educación, sociología y trabajo con mujeres en contextos de vulnerabilidad, con experiencia en metodologías de autonomía emocional.

Facilitación por: Beatriz Jiménez González

7. Evaluación y Certificación

Para la obtención del certificado se requerirá:

- Asistencia mínima del 80%.
- Participación activa en las dinámicas.
- Elaboración de un plan de transferencia práctica que será obligatorio entregar y obtener la calificación de apta/o.

8. Logística y Aspectos Prácticos

- Lugar: Centro Cívico Sindicalista Soto Saborido y Acosta (C.C La Ranilla)
- Plazas: 15-20 plazas
- Inscripción: Inscripción a través de formulario, hasta el 10 de octubre
- Coste: Gratuito

9. Beneficios para las/os Participantes

- Herramientas prácticas aplicables al trabajo cotidiano.
- Estrategias de autocuidado emocional.
- Espacios de intercambio profesional y networking.
- Acceso a materiales de apoyo metodológico.