

CURSO AUTOESTIMA Y BUEN TRATO EN EL NOVIAZGO

Una buena forma de prevención de la violencia de género

PLAZAS LIMITADAS - GRATUITO

Fechas: Los viernes del 30 de septiembre al 4 de noviembre de 2016

Horarios: 11:30 a 13:30

Lugar: Aula 1 del Pabellón de México

Pendiente de homologado por la Universidad de Sevilla

Inscripciones hasta el 26 de septiembre en anabel.illan@hotmail.es

OBJETIVOS:

- Lograr un mayor autoconocimiento en las distintas áreas de nuestra vida, aspecto básico y fundamental para establecer una relación de pareja saludable.
- Fortalecer la idea de que las relaciones de pareja deben estar basadas en la igualdad, el respeto, la confianza y la comunicación. Y que nuestros derechos no se anulan en el momento en que establecemos una relación de pareja.
- Visibilizar las formas de violencia que se ejercen en las parejas jóvenes, desde las más sutiles hasta las más explícitas.
- Dotar al alumnado de las capacidades y habilidades necesarias para detectar y actuar en casos de violencia en la relación de pareja.

POBLACIÓN DESTINATARIA: Jóvenes universitarias/os interesadas/os en definir y modificar su posición en la relación de pareja o ayudar a hacerlo.

METODLOGÍA: práctica y vivencial; se propone a las personas participantes que realicen ejercicios sencillos que posteriormente se comentarán en parejas o tríos y en gran grupo; de esta forma se propicia la reflexión individual, la escucha a los/as demás y el aprendizaje grupal. Finalmente se da una breve explicación teórica.

CONTENIDOS:

1. Detección y protección ante las relaciones tóxicas

Nuestro peor enemigo: la dependencia emocional. Indicadores para detectar la manipulación en nuestras relaciones. Identificar los micromachismos. Hay amores que matan: la violencia género en parejas jóvenes. Herramientas para salir de las relaciones tóxicas.

2. Reflexiones sobre el amor y relaciones de pareja.

¿Qué es el amor? El amor en las canciones, cuentos, películas, etc. Análisis crítico. Desterrando mitos y prejuicios: el amor romántico, la media naranja, los celos, etc. El tiempo y espacio personal en las relaciones de pareja. Negociables e innegociables en las relaciones de pareja. Creando nuevos modelos: relaciones humanas saludables.

3. Construyendo mi camino hacia el buen trato.

Comencemos el camino con una misma: Autoconocimiento y Autoimagen. Las tres As: Autoaceptación, Autoafirmación y Autoestima. Recuperar el cuerpo en positivo. No nos durmamos en los laureles: asumir la responsabilidad para el cambio. Ser persona me confiere muchos derechos: ¡soy una naranja entera!

DURACIÓN:

El curso tiene una duración total de 15 horas, de las cuales 12 horas son presenciales y 3 horas no presenciales. La tarea para realizar en las horas no presenciales consistirá en un análisis o reflexión personal sobre los contenidos del curso.

PSICÓLOGAS A CARGO DE LA FORMACIÓN:

Ana Torres: Psicóloga, terapeuta individual, de pareja y grupal con formación en Terapia Gestalt, Psicoterapia Respiratoria, Experta en Atención Psicológica a Víctimas de Violencia de Género y Violencia Sexual.

Beatriz Núñez: Psicóloga, experta en género. Máster en Educación Sexual para la Salud Comunitaria y Terapia Sexual en Terapia de Reencuentro. Autoconocimiento, Sexualidad y Relaciones Humana. Máster en Género e Igualdad de Oportunidades en Género (Especialidad Violencia de Género).

CURSO AUTOESTIMA Y BUEN TRATO EN EL NOVIAZGO

Una buena forma de prevención de la violencia de género

Inscripción

Fecha de entrega:

Nombre y Apellidos:

DNI:

Sexo:

Edad:

Dirección de correo electrónico:

Teléfono de contacto:

Estudios que cursa:

Curso:

¿Tienes formación previa en materia de violencia de género? En caso afirmativo

¿En qué ha consistido?:

¿Por qué te interesa el curso?:

Motivación (marca con una x):

Personal: ____ Profesional: ____ Créditos libre configuración: ____

Enviar por correo electrónico a anabel.illan@hotmail.es