

# asocia la formación



Formación a distancia  
para el tejido asociativo de mujeres en Andalucía

## Creación de proyectos de vida individuales y colectivos



### Objetivo

Los objetivos de esta actividad formativa son: sensibilizar y concienciar a las mujeres sobre la importancia de contar con un proyecto de vida personal propio y diferenciado; transmitir la importancia de generar un proyecto de vida colectivo para la consecución de objetivos comunes; y proporcionar los conocimientos básicos necesarios para diseñar y llevar a cabo proyectos de vida individuales y colectivos.

### Personas destinatarias

Los cursos que se desarrollan están orientados, en primer lugar, a las mujeres de las asociaciones y federaciones de mujeres inscritas en el Programa Asocia del Instituto Andaluz de la Mujer y, complementariamente, tanto al personal de los Centros Municipales de Información a la Mujer como al propio personal de los Centros de la Mujer para que cuando sea necesario puedan dar apoyo a las mujeres que queriendo desarrollar alguna de las actividades formativas que se proponen tengan alguna dificultad para ello y finalmente a aquellas personas interesadas en la materia.

## Contenidos de la actividad

El índice de contenidos de la actividad formativa es el siguiente:

### Módulo I: Contextualización.

1. El sistema sexo-género y la definición de “lo femenino” y “lo masculino”.
2. Socialización.
3. Diferencias de socialización y sus consecuencias.
4. Conciliación de la vida personal y laboral.
5. La importancia de la participación social.
6. Concepto de empoderamiento.



### Módulo II: El proyecto de vida individual.

1. Identidad personal.
2. Situaciones vitales bajo el prisma crítico, reflexivo y creativo.
3. Introducción a la actitud creativa.
4. Qué es un proyecto de vida y para qué sirve.
5. Cómo planificar un proyecto de vida: misión, visión...
6. La evaluación: utilidad, tipos y aplicación.

### Módulo III: El proyecto de vida colectivo.

1. Dinámicas de grupos.
2. La importancia de la identidad colectiva.
3. El papel del las asociaciones de mujeres como herramienta de cambio sociocultural.
4. Proyecto de vida colectivo.
5. Evaluación colectiva.

## Características de la actividad

Con una duración de 20 horas lectivas se abordarán los tres módulos de contenido en los que se estructura el mismo. Se realizará la comprobación del aprendizaje de los contenidos en cada uno de los módulos mediante preguntas reflexivas y al finalizar la formación se realizará una evaluación con preguntas cerradas que permitirá valorar la adquisición de conocimientos, debiendo ser superada para la emisión del correspondiente certificado.