

MI FORMACIÓN

- Psicóloga, por la Universidad del País Vasco en 1992
- Título "Experta en género", UPNA; año académico 2012-2013.
- Especializada en Orientación y Supervisión, 7ª Promoción, en la Asociación Navarra Mitxelena, 2005-2007
- Especializada en Terapia Familiar y de Pareja desde el enfoque sistémico, por el Instituto-Clínica de Psicoterapia Psicoanalítica de Guipuzcoa, 1993-1994

MI EXPERIENCIA

- Dinamización de grupos e impartición de talleres de desarrollo y crecimiento personal para Centro Hazi y Asociaciones de Mujeres de Navarra.
- Coordinación, diseño e impartición de talleres de Habilidades Socio-Personales y pre-profesionales en Escuelas-Taller de Polirrehabilitación y Medioambiente de Pamplona.
- Coordinación, diseño e impartición de Proyectos socio-educativos y Habilidades Psico-sociales, en acciones dirigidas al personal técnico y a usuarias y usuarios de los Programas de Inserción y Empleo del Ayuntamiento de Pamplona.
- Desarrollo de talleres sobre educación afectivo-sexual con perspectiva de género y sobre igualdad y prevención de V.G. en centros educativos de Pamplona y Comarca y en Escuelas-Taller de Pamplona.
- Formación sobre materia de igualdad para la Upna (experto en género), S. Negociado de Atención al profesorado, Convivencia e Igualdad de G.N., pacto local y red por el buen trato de municipios, profesionales y equipos interdisciplinarios de Servicios Sociales y de Escuelas-Taller del Ayto. Pamplona, etc.



"Lo que me llevará al final son mis pasos, no el camino; ¿no ves que siempre vas detrás cuando persigues al destino?"

Fito Cabrales



ana.beaumont
PSICOLOGÍA SISTÉMICA

anabeaumontfernandez@gmail.com
M. 645756412
www.anabeaumont.com

TALLERES PARA JUVENTUD

ana.beaumont
PSICOLOGÍA SISTÉMICA

ORIENTACIÓN | FORMACIÓN | SUPERVISIÓN

CRECIMIENTO PERSONAL

Aumenta el conocimiento de sí mismas y explorar nuevas posibilidades de ser. Fomenta el contacto con las emociones, deseos, contradicciones y capacidades.

Propone un encuentro con las potencialidades y la creatividad personales, así como con las actitudes que dificultan o favorecen las relaciones y la resolución de los conflictos. Promueve actitudes de autoaceptación y respeto profundizando en las habilidades de empatía, relación y contención.

Máximo de 12 personas, 10 sesiones de 2 horas semanales.

HABILIDADES SOCIALES

Mejora de competencias y habilidades en las relaciones interpersonales y la comunicación.

3 módulos progresivos, que pueden realizarse independientemente.

- **MÓDULO 1:** Emociónate inteligentemente: gestión de emociones y afectos.

- **MÓDULO 2:** Buscando la paz desde el conflicto: Abordaje de conflictos de forma positiva y creativa.

- **MÓDULO 3:** Toma tus propias decisiones. Revisa el impacto de la inteligencia analítica e intuitiva en este ámbito.

Máximo de 12 personas, 10 sesiones de 2 horas semanales.

HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL (con perspectiva de género)

- Revisar el área afectiva y sexual con una perspectiva global, preventiva y comprensiva
- Adoptar pautas de autocuidado y de una integración armoniosa en la propia vida.
- Acercar los recursos existentes en esta área al alumnado.
- Prevenir las relaciones desiguales que dan origen a diversos tipos de violencia de género.

6 sesiones de 2 horas, adaptable a demanda.

PREVENCIÓN DROGODEPENDENCIAS

- Prevenir y minimizar los riesgos sobre la salud
- Estimular la reflexión sobre actitudes en el consumo de drogas.
- Ofrecer información sobre sustancias, riesgos y daños, así como de pautas de reducción de riesgos.

4 sesiones de 2 horas, también adaptable.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS PRE- PROFESIONALES

- Autoconcepto positivo y predisposición a los procesos de cambio.
- Lograr un mayor desarrollo personal, mejorar la adaptación al entorno y el arraigo laboral.
- Adquirir y/o reforzar conductas habilidosas para la Búsqueda Activa de Empleo y para desenvolverse eficazmente en interacciones laborales.
- Aumentar la responsabilidad, la motivación y la autonomía personal.
- Mejorar la capacidad de organización y planificación de responsabilidades y tareas.

10 sesiones de 90', adaptable a la demanda.

LA IGUALDAD TAMBIÉN SE APRENDE OBJETIVOS

- Crear un espacio grupal para la reflexión colectiva a partir del intercambio de experiencias y saberes en un ambiente seguro y de respeto.
- Visibilizar y desnaturalizar desigualdades y discriminaciones cotidianas e invisibles.
- Generar crítica y crear modelos identitarios y relacionales diversos y alternativos (no normativos).
- Fortalecer la autoestima y la autonomía en la creación de pensamiento propio.
- Fortalecer actitudes y habilidades relacionales para los afectos desde el buen trato.

PROPUESTAS

- **¡SOMOS DIFERENTES, SOMOS IGUALES!**
Compartir y analizar el impacto de la socialización diferencial en la construcción de la identidad, de los afectos y en la toma de decisiones.

- **YO TE QUIERO... LIBRE**
Análisis crítico, desde el punto de vista estructural, del modelo amoroso propuesto en la actualidad, y abierto a la puesta en común de propuestas alternativas.

- **LOS CUENTOS QUE NOS HAN CONTADO Y OTRAS "PELÍCULAS":** análisis del género y otras construcciones sociales a partir de cuentos populares y films.
12-15 participantes. Duración: 6 sesiones semanales, 2 horas. Metodología participativa.

- **MONOGRAFICOS:** Unica sesión de 3 horas. Con temas diversos.

+ INFO: www.anabeaumont.com