

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-Clinica 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.
- Diseño, dinamización e impartición de actividades formativas diversas para grupos de Organizaciones Sociales.
- Asistencia psicológica en Atención Integral a Víctimas de Violencia de Género, Estella.
- Intervención psicológica en individuos, parejas y familias en dificultad (Centro Hazi, Iter45).



"Siempre se llega a alguna parte si se camina lo bastante"

Alicia en el País de las Maravillas



TALLERES PARA GRUPOS



ana.beaumont
PSICOLOGÍA SISTÉMICA

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

ana.beaumont
PSICOLOGÍA SISTÉMICA

ORIENTACIÓN | FORMACIÓN | SUPERVISIÓN

CRECIMIENTO PERSONAL

Para personas con inquietudes de mejora, con curiosidad por aumentar el conocimiento de sí mismas y explorar nuevas posibilidades de ser.

Fomenta el contacto con las emociones, deseos, contradicciones y capacidades.

Este trabajo permite la aproximación a la realidad, analizarla e interpretarla desde la vivencia personal.

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.

Pone en cuestión los estereotipos y la acomodación a roles rígidos e inflexibles.

Promueve actitudes de autoaceptación y respeto profundizando en las habilidades de empatía, relación y contención.

Estos grupos se conforman por un máximo de 10 personas; la duración se adapta a la necesidad y a la demanda de los grupos o entidades.

HABILIDADES SOCIALES

Espacio destinado a la mejora de diversas competencias y habilidades en el ámbito de las relaciones interpersonales y la comunicación.

Consta de 3 módulos relacionados entre sí, con un desarrollo progresivo, que sin embargo, pueden realizarse de manera independiente.

- MÓDULO 1: Emociónate inteligentemente.

Potencia el desarrollo de la inteligencia emocional, la gestión de emociones y afectos.

- MÓDULO 2: Buscando la paz desde el conflicto.

Abordaje de conflictos de forma positiva e imaginativa, a través de las propias capacidades de introspección y de relación con otras personas

- MÓDULO 3: Toma tus propias decisiones.

Revisa las áreas implicadas en la toma de decisiones aunando inteligencia analítica y emocional o intuitiva.

Estos grupos se conforman por un máximo de 10 personas, la duración se adapta a la necesidad y a la demanda de los grupos o entidades.

METODOLOGIA CRECIMIENTO PERSONAL

Confío en las capacidades de desarrollo y crecimiento de cada individuo.

No es un estilo determinista, ni directivo; cada persona sigue su propio ritmo.

Mi papel como facilitadora es guiar los análisis propiciando la escucha y la participación y garantizando que sea un espacio seguro y libre de juicios para el apoyo, el cuidado y el crecimiento.

HABILIDADES SOCIALES

Presento 3 módulos para el análisis y el entrenamiento. Cada uno de ellos referido a un tema específico: gestión emocional, abordaje de conflictos y toma de decisiones.

Mi labor consiste en favorecer un espacio acogedor y seguro, generar dinámicas que permita a cada miembro "verse" de forma diferente y establecer objetivos de trabajo, dirigir los análisis y reflexiones y, por último, proponer los entrenamientos hacia un área de mejora.

El aprendizaje no está reñido con el juego. Propongo rol-playing y otras dinámicas lúdicas y participativas.

