MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

Objetivo de la cátedra	Nombre de la cátedra	Horas	Objetivos específicos	¿Qué adjuntos tendrá la catedra?
Promover un grupo de Mujeres y personas con diversidad sexual sanas y Libres Violencia.	**EJE VIDA:** Mujeres y personas con diversidad sexual sanas y Libres Violencia.	Se desarrollará 2 horas presenciales por grupo focal (definidos por el Departamento de Risaralda) 2 horas virtuales por grupo focal (definidos por el Departamento de Risaralda).	* Promover estrategias para el cuidado de la salud mental para la población objeto *Reconocer las creencias limitantes y su impacto en la violencia de genero	• Memorias (Presentaciones) y videos de apoyo. • Herramientas de evaluación de las participantes. • Escenarios pedagógicos y herramientas (talleres) que facilitan la formación. • Herramientas de evaluación (Se utilizarán los formatos suministrados por el Departamento de Risaralda.
Los beneficiarios (as) o participantes de la presente catedra serán seleccionados por el Departamento de Risaralda.				

1. METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de las cátedras, se utilizará la metodología de aprendizaje Constructivista en donde las beneficiarias(os) se instruyen de manera activa, construyendo su propio aprendizaje en base a su experiencia. El estudiante es el responsable de leer, completar actividades, opinar y participar activamente en las discusiones, preguntas, así como de mantenerse al día e investigar de manera independiente.

"Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar". **Richard Buckminster Fuller.**

MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

Al día de hoy, en cada espacio de trabajo con comunidades específicas, es propicia la educación como elemento fundamental para el desarrollo integral de las personas, específicamente en cuando al tema de la equidad de género, la educación es fundamental para el proceso de acompañamiento y orientación en el desarrollo de competencias específicas, habilidades para la vida y promoción de óptimos estilos de vida para su adecuada adaptación y desarrollo integral. Pero la educación es un espectro amplio y donde se desglosan numerosos elementos al momento de su práctica y adecuada implementación según los objetivos planteados y las necesidades del contexto poblacional; es por ello, que así mismo como se emplean en nuestra labor la didáctica, oratoria, herramientas tecnológicas para la educación, componentes pedagógicos para el desarrollo humano, entre otras, también se enfoca el trabajo colectivo y educativo bajo un modelo constructivista que desde años pasados la Fundación TAC-TIVA ha implementado en sus procesos de formación para la Escuela de Liderazgo para la Mujer. Un modelo que permite trabajar asertivamente las necesidades del contexto poblacional y enfocar adecuadamente las necesidades de la comunidad a intervenir y las estrategias de enseñanza preparadas.

Para el desarrollo de la cátedra EJE VIDA, la FUNDACION TAC-TIVA con una experiencia de más de 10 años, en procesos educativos de rápido crecimiento a más de 6000 beneficiarios de todo el país ha desarrollado temáticas y metodologías para promover que las personas superen sus situaciones o perspectiva de victimización y trabajen por alcanzar su máximo potencial. A las personas atendidas se les reta a cambiar sus vidas en el ámbito de la transformación personal, explorar su potencial, cuestionar viejas tradiciones, tener metas empoderantes para que puedan definir el éxito en tus propios términos. De esta manera la cátedra está diseñada para:

- Promover diversas estrategias que les permitan a los o las participantes comprender la importancia del cuidado de la salud mental

- Promover la construcción de creencias potencializadoras que conlleven a la disminución de la violencia de genero

"Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar". **Richard Buckminster Fuller.**

MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

2. TEMÁTICA A DESARROLLAR:

CLASE 1: "IDENTIFICANDO MIS CREENCIAS Y COMO INFLUYEN EN LA VIOLENCIA DE GÉNERO"

Objetivo: Identificar y reflexionar sobre las creencias personales acerca de los roles de género y el impacto en su vida.

En la introducción de la clase, se promueve que los o las participantes reconozcan la importancia de las creencias en el proceso de construcción de las etapas del desarrollo del ser humano y como estas pueden impactar positiva o negativamente en la vida adulta.

Durante el desarrollo de la temática se identifican los diferentes tipos de daños contra la mujer, establecidos en la ley 1257 de 2008 y cómo estos se pueden normalizar desde las creencias instauradas en la infancia.

Seguido de la identificación, comprensión e impacto de las creencias en la violencia de género, se exploran estrategias para instaurar nuevas creencias e iniciar una restructuración cognitiva, desde el reconocimiento de sí mismo y la importancia del autocuidado desde las dimensiones del ser.

Detrás de cada sistema de acciones hay un sistema de creencias ___James Clear

DINÁMICA DE LA CLASE	**DESCRIPCIÓN:** Identificar las creencias de los y las participantes y el impacto que estas han tenido a lo largo de su vida y a su vez, entregar estrategias para la implementación de nuevas creencias en relación con quienes son.
Teórica	Clase conceptual y práctica, que integra nuevos conocimientos para el desarrollo integral del beneficiario(a).
Espacio para generación de conciencia.	Se lleva a cabo escenarios pedagógicos con el fin de generar una nueva visión en el ser, para el fortalecimiento y crecimiento humano.
Anécdota	En el desarrollo de cada escenario pedagógico, se refuerzan a través de ejemplos, frases y testimonios de vida con base a sus experiencias y aportes personales. VIDEO CIRCO DE LA MARIPOSA

"Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar". **Richard Buckminster Fuller.**

MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

Lúdico con materiales de apoyo	Se desarrolla presentaciones audio visuales, interacción permanente en el desarrollo de las intervenciones, actividades de intercomunicación y ambientes lúdicos con su respectivo tema y actividad a desarrollar.
Evaluación	Se lleva a cabo la entrega de formato evaluativo, para calificar contenido, conocimiento, impacto y presentación del facilitador.
Uso de apoyo de imágenes	El facilitador aporta presentaciones innovadoras en el desarrollo de cada escenario pedagógico y metodología participativa en grupo.

CLASE 2: "ESTRATEGIAS PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL"

Objetivo: Promover la conciencia y el cuidado de la salud mental, entregar a los o las participantes estrategias prácticas para mejorar su bienestar emocional y desarrollar habilidades de autocuidado en su entorno.

En la introducción de la clase, se promueve que los o las participantes reconozcan la importancia del cuidado de la salud mental y como esta impacta las áreas funcionales.

Durante el desarrollo de la temática se irán comprendiendo los factores que pueden afectar su bienestar emocional y aprenderán estrategias de afrontamiento específicas, se promueve La práctica de técnicas de relajación y control de pensamientos, a su vez que se experimentarán ejercicios de respiración profunda, relajación muscular progresiva y atención plena, permitiéndoles reducir el estrés y mejorar su capacidad para estar en el aquí y el ahora.

En el desarrollo de la temática se promociona el cuidado de si mismo, permitiéndoles ser capaces de comprender la importancia del autocuidado y generar ideas y planes concretos para integrar hábitos saludables en su rutina.

DINÁMICA DE LA CLASE:	**DESCRIPCIÓN:** proporcionar a los o las participantes herramientas y conocimientos prácticos para cuidar su salud mental y promover su bienestar emocional. A lo largo del taller, se explorarán conceptos clave relacionados con la salud mental y aprenderán estrategias efectivas de autocuidado.
Teórica:	Clase conceptual y práctica, que integra nuevos conocimientos para el desarrollo integral de la beneficiario(a).

"Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar". **Richard Buckminster Fuller.**

MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

Espacio para generación de conciencia.	Se lleva a cabo escenarios pedagógicos con el fin de abordar aspecto específico del cuidado de la salud mental, donde se discutirá la importancia de la salud mental y se crearán espacios seguros para compartir experiencias.
Anécdota	En el desarrollo de cada escenario pedagógico, se refuerzan a través de ejemplos, frases y testimonios de vida con base en sus experiencias y aportes personales.
Lúdico con materiales de apoyo	Se desarrolla presentaciones audio visuales, interacción permanente en el desarrollo de las intervenciones, actividades de intercomunicación y ambientes lúdicos con su respectivo tema y actividad a desarrollar.
Evaluación	Se lleva a cabo la entrega de formato evaluativo, para calificar contenido, conocimiento, impacto y presentación del facilitador.
Uso de apoyo de imágenes	El facilitador aporta presentaciones innovadoras en el desarrollo de cada escenario pedagógico y metodología participativa en grupo.

3. CAJA DE HERRAMIENTAS:

Complementario a las clases presenciales anteriormente descritas, la FUNDACIÓN TAC-TIVA propone las siguientes herramientas complementarias para la formación asincrónica de mínimo cuatro horas a desarrollar por parte de las beneficiarias (os).

HERRAMIENTA N. 1. TALLER N. 1.

“IDENTIFICANDO CREENCIAS LIMITANTES”


Nombre: _____
Municipio: _____

TALLER NO. 1
"IDENTIFICANDO CREENCIAS LIMITANTES"

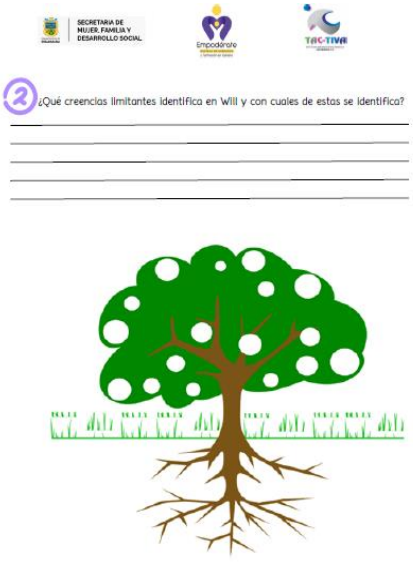
Objetivo: Comprender qué son las creencias limitantes y reconocer su impacto en las diferentes áreas de la vida.

Pasos a seguir...

Ver video "el circo de la mariposa" en el siguiente enlace:

Después de ver el video "el circo de la mariposa", responder las siguientes preguntas.

1 ¿Qué cree que llevo a Will a comportarse agresivamente con el dueño del circo de las mariposas?


2 ¿Qué creencias limitantes identifica en Will y con cuales de estas se identifica?

“Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar”. **Richard Buckminster Fuller.**

MAQUETA DE PLANEACIÓN PARA EL DESARROLLO CATEDRA OPORTUNIDADES

En el desarrollo del taller se invita al lector o participante a:

- Identificar las creencias de Will el personaje principal del video “el circo de la mariposa” y a identificarse con dichas creencias.
- Se lleva al participante a hacer un recorrido por su historia de vida, identificando los frutos que ha obtenido y el impacto de las creencias en estos.
- Se concluye invitando al lector a identificar que creencias le han llevado a normalizar la violencia de genero.

HERRAMIENTA N. 2. TALLER N.2

” CUIDANDO MI SALUD MEN TAL”


SECRETARIA DE MUJER, FAMILIA Y DESARROLLO SOCIAL

Nombre: _____

Municipio: _____

TALLER NO. 2

"CUIDANDO MI SALUD MENTAL"

Objetivo: El taller tiene como objetivo proporcionar a los y las participantes las herramientas, estrategias y conocimientos necesarios para cuidar y promover su salud mental, así como fomentar el bienestar emocional en su vida diaria.

Según el tema abordado, responda las siguientes preguntas:

1 ¿De la estrategia para el cuidado de la salud mental abordadas, cual o cuales le parecieron más útiles?

2 Establezca entre 3 y 5 estrategias especifica que empezará a implementar en su vida para cuidar la salud mental.

3 Realice una lista de los 5 pensamientos intrusivos que más le están afectando, reemplácelos por pensamientos positivos y aplique la técnica de detención de pensamientos cuando estos aparezcan.

En el desarrollo del taller se invita al lector o participante a:

- Se Brinda al lector un espacio de reflexión y herramientas prácticas para cuidar su salud mental y promover el bienestar emocional en su vida diaria.

- Se promueve la realización de técnicas de relajación y control de pensamientos, de igual manera se guían ejercicios de relajación muscular progresiva y atención plena.

“Si quieres enseñar a alguien una nueva forma de pensar, no aburras tratando de enseñarle. El lugar de ello, dale una herramienta, cuyo uso le conduzca a nuevas formas de pensar”. **Richard Buckminster Fuller.**

- Al final el taller se desafía al lector a cerrar ciclos e implementar las prácticas y técnicas del cuidado de la salud mental estudiadas.

PROFESIONALES A CARGO

FACILITADOR LIDER

NOMBRE COMPLETO: Diana Maritza Diaz Giraldo

ESTUDIOS: Administradora Financiera, Psicóloga, formación complementaria en técnicas de intervención psicológica, Evaluación en Salud Mental Diagnóstico e intervención, inteligencia emocional y herramientas para el manejo del duelo

EXPERIENCIA: Más de 15 años de experiencia en el sector educativo, diseñando, ejecutando y auditando acciones formativas, coordinación de prácticas y gestión para la cooperación interinstitucional, consultoría empresarial, entrenadora en temas de desarrollo humano, liderazgo, trabajo en equipo, comunicación asertiva, servicio al cliente, relaciones interpersonales y demás relacionadas con el perfil.

Procesos de intervención psicológica individual, pareja y familiar

FACILITADOR LIDER

NOMBRE COMPLETO: Cristian Kumar Espinosa García

ESTUDIOS: Administrador financiero, Especialista en gerencia del desarrollo humano en las organizaciones, certificado por la organización internacional Maxwell Leadership como coach profesional especializado en liderazgo, certificado como facilitador en herramientas lúdicas y disruptivas “coaching play business” Certificado como entrenador en la metodología de análisis de la conducta y personalidad DISC.

EXPERIENCIA: Más de 9 años de docencia en programas técnicos laborales orientando la catedra de emprendimiento, técnicas de estudio y habilidades gerenciales para programas de posgrado. Más de cuatro años haciendo procesos de coaching individual y grupal a nivel corporativo, fortaleciendo el liderazgo y las habilidades blandas enfocadas en el desarrollo humano de las organizaciones.