



## FORMACIÓ ESPECIALITZADA EN COMPETÈNCIES TRANSVERSALS, PROFESSIONALS I HABILITATS SOCIALS PER DONES EN ATUR DE LLARGA DURADA.

El programa està destinat a dones amb o sense experiència professional, en situació d'atur, oferint més eines i recursos per tal d'augmentar les seves oportunitats d'accés al món laboral, mitjançant la formació especialitzada en competències transversals, habilitats socials i l'orientació laboral.

*Entenem les competències transversals com a un factor clau per la ocupabilitat de les persones, en un moment de canvi constant del mercat laboral.*

### APOSTEM PER UNA FORMACIÓ QUE PRETÉN:

#### DESENVOLUPAMENT INTEGRAL:

Un desenvolupament integral de les competències transversals per tal de tenir més oportunitats d'accés al món laboral.

#### ACOMPANYAMENT:

Acompanyar les participants en la reflexió i anàlisi del seu balanç professional per conèixer i treballar en profunditat la seva ocupabilitat.

#### ANÀLISI COMPETENCIAL:

Un anàlisi competencial, per poder detectar les pròpies fortaleses i treballar les pròpies mancances.

### TEMES A TREBALLAR:

- Gestió personal: Autoconeixement i autoestima.
- Comunicació verbal i no verbal: assertivitat.
- Treball en equip i cooperació.
- Intel·ligència emocional i gestió de les emocions.
- Creativitat i innovació en la resolució de conflictes.
- Lideratge i la gestió d'equips.
- Negociació.
- Orientació laboral.
- Sessió final tancament: Diagnòstic competencial final

### METODOLOGIA:

Partim d'una metodologia activa i participativa en què es fomenta el protagonisme de cadascuna de les participants. La nostra metodologia ens permet crear una forta cohesió de grup i, un treball molt proper i personalitzat amb cadascuna de les persones participants.

Partim de l'aprenentatge dialògic, el diàleg igualitari i la intel·ligència cultural. Aquest principi reconeix tota la forma d'intel·ligència, incloent la pràctica, l'acadèmica i les interaccions comunicatives verbals i no verbals.



#### FORMACIÓ INTENSIVA

Formació intensiva especialitzada en desenvolupament de competències, curs intensiu.



#### TREBALL GRUPAL

7 sessions de treball grupal. Metodologia participativa i vivencial



#### TUTORIES INDIVIDUALS

2 sessions de tutoria per participant. Treball individualitzat.



#### DEVOLUTIVA FINAL

1 sessió individual de tancament. Presentació i devolució de l'avaluació competencial. Pla de treball.