



Curriculum para el curso de capacitación sobre habilidades transversales/ habilidades blandas dirigido a mujeres en riesgo de exclusión social – Proyecto WhomeN

Proyecto nº: 2017-1-ES01-KA204-038221

Duración: 25 horas / 5 sesiones

1. Introducción: Objetivo del programa

El curriculum **WhomeN** de habilidades transversales y blandas para mujeres adultas en riesgo de exclusión social tiene como objetivo proporcionar a las mujeres adultas la información, el conocimiento y las habilidades para aumentar sus competencias y oportunidades para obtener empleo.

Este programa de formación ha sido desarrollado por el proyecto WhomeN de Erasmus+. El proyecto desarrollará un conjunto integrado de métodos sobre habilidades transversales / blandas para mujeres con menos oportunidades. El programa ha sido desarrollado por profesionales de la educación de adultos de cada región cubierta por el proyecto. Este programa formativo está basado en un protocolo para la auto-evaluación de habilidades blandas y competencias transversales como se establece en las guías europeas para la validación y el reconocimiento de competencias según las herramientas ECVET y EQAVET. Todas las herramientas y documentos producidos en el proyecto WhomeN están disponibles para una información más amplia [aquí](#).

2. Duración del curso / Participantes previstas:

Se pretende que este curso se desarrolle durante 25 horas a través de sesiones de aprendizaje presenciales. El programa se presenta en 5 sesiones con ocho unidades sobre habilidades transversales y tres unidades adicionales: [Introducción del proyecto y metodología WhomeN - Diversidad cultural e igualdad de género - Evaluación / conclusiones](#).

Cada sesión tratará 3 unidades y se prevé una duración de 5 horas de aprendizaje. Cada unidad se implementará mediante una serie de métodos participativos prácticos y breves explicaciones teóricas. La ratio del curso desarrollado en formato presencial, depende de la evaluación previa por parte del formador de las necesidades y nivel educativo de las participantes, pero se recomienda un máximo de 15 mujeres.

El curso está dirigido a mujeres adultas desempleadas de 18 a 45 años o más que buscan empleo. Se pretende que cada mujer complete una evaluación de habilidades blandas utilizando la herramienta de autoevaluación desarrollada dentro del proyecto WhomeN al comienzo del curso con la ayuda de un asesor / consejero / mentor laboral para determinar sus fortalezas en habilidades blandas y aquellas en que necesitan más fortalecimiento y aprendizaje. Después de esta evaluación, las mujeres pueden elegir si participan en los cursos de capacitación para mejorar esas habilidades transversales / blandas que necesitan un mayor fortalecimiento en términos de su propio análisis de necesidades.

3. Metodología general:

Nuestra metodología se fundamenta en el Constructivismo como base¹. Según el constructivismo las personas construyen su propia comprensión y conocimiento del mundo por medio de la experimentación de las cosas y la reflexión sobre esas experiencias.

En las sesiones de formación, la visión constructivista del aprendizaje puede apuntar hacia varias prácticas de enseñanza diferentes. En el sentido más general, significa alentar a las mujeres a usar técnicas activas (experimentación, resolución de problemas del mundo real) para crear más conocimiento y luego reflexionar y hablar sobre lo que están haciendo y cómo está cambiando su comprensión.

El currículum se compone de 9 unidades temáticas considerando las diferentes habilidades transversales y las habilidades blandas, diversidad cultural e igualdad de género y la autoevaluación del reconocimiento de competencias para mujeres en

¹ Educational Broadcasting Corporation (2004), workshop: *Contrustivism as a paradigm for teaching and learning*. At <https://www.thirteen.org/edonline/concept2class/constructivism/index.html>

Esta auto-evaluación fue creada por el Proyecto WHOMEN– Integración sociolaboral active de mujeres en riesgo de exclusion social mediante el reconocimiento y aprendizaje de competencias y habilidades interpersonales que les ofrezcan nuevas oportunidades profesionales en la sociedad de acogida.



riesgo de exclusión social y con menos oportunidades educativas. Refiriéndose a las habilidades, también proporciona métodos para determinar las habilidades existentes y fortalecerlas.

4. Desarrollo del curso:

Las sesiones destinadas a fortalecer las habilidades transversales y blandas comprendidas en ellas, tendrán la siguiente organización:

1. Introducción de las competencias transversales y habilidades blandas objeto de capacitación.
2. Aplicación de actividades y métodos prácticos.
3. Evaluación compartiendo conclusiones y comentarios de las participantes de cada método de aprendizaje de habilidades transversales y blandas.

La estructura general de la duración y unidades temáticas es:

Unidad n°	Duración	Unidad
1	1.5 h	Introducción de la formación / Objetivo de la auto-evaluación y el curso de habilidades transversales y blandas dentro del proyecto WhomeN
2	3.5 h	Comunicación
3	2.5 h	Trabajo en equipo
4	1.5 h	Diversidad cultural e Igualdad de género
5	2.5 h	Habilidades interpersonales
6	2 h	Flexibilidad / Adaptabilidad
7	2.5 h	Negociación
8	2 h	Toma de decisiones
9	2 h	Resolución de problemas
10	2.5 h	Habilidades organizativas
11	2.5 h	Evaluación, preguntas, comentarios, conclusiones de la formación. Metodología: Trabajo en grupo, resumen y puesta en común de cada habilidad blanda
Total:	25 horas	

Propuesta de programa / agenda de las unidades temáticas para las habilidades blandas:





Sesión I - 5 horas	Sesión II - 5 horas
<p>1. Introducción de la formación / Objetivo de la auto-evaluación y el curso de habilidades transversales y blandas dentro del proyecto WhomeN (1,5 horas) Breve presentación del proyecto, herramienta para la auto-evaluación y objetivo de la formación.</p> <p>Habilidades Blandas: Comunicación</p> <p>2. Comunicación (3 horas) Finalizar con la evaluación, conclusiones, dudas, preguntas y puesta en común / comentarios (30 min.)</p>	<p>Habilidades Blandas: Comunicación y Trabajo en equipo</p> <p>Comenzamos con una dinámica para romper el hielo en comunicación (30 min.)</p> <p>3. Trabajo en equipo (2,5 horas)</p> <p>4. Diversidad cultural e igualdad de género (1,5 horas)</p> <p>Finalizar con la evaluación, conclusiones, dudas, preguntas y puesta en común / comentarios (30 min.)</p>

Esta auto-evaluación fue creada por el Proyecto WHOMEN– Integración sociolaboral active de mujeres en riesgo de exclusión social mediante el reconocimiento y aprendizaje de competencias y habilidades interpersonales que les ofrezcan nuevas oportunidades profesionales en la sociedad de acogida.



<p>Sesión III - 5 horas</p> <p>Habilidades Blandas: Habilidades interpersonales y Flexibilidad / Adaptabilidad</p> <p>Comenzamos con una dinámica para romper el hielo en habilidades interpersonales (30 min.)</p> <p>5. Habilidades interpersonales (2 horas)</p> <p>6. Flexibilidad / Adaptabilidad (2 horas)</p> <p>Finalizar con la evaluación, conclusiones, dudas, preguntas y puesta en común / comentarios (20 min.)</p>	<p>Sesión IV - 5 horas</p> <p>Habilidades Blandas: Negociación y toma de decisiones</p> <p>Comenzamos con una dinámica para romper el hielo en negociación (30 min.)</p> <p>7. Negociación (2 horas)</p> <p>8. Toma de decisiones (2 horas)</p> <p>Finalizar con la evaluación, conclusiones, dudas, preguntas y puesta en común / comentarios (20 min)</p>
<p>Sesión V - 5 horas</p> <p>Habilidades Blandas: Resolución de problemas y habilidades organizativas</p> <p>Comenzamos con una dinámica para romper el hielo en habilidades organizativas (30 min.)</p> <p>9. Resolución de problemas (2 horas)</p> <p>10. Habilidades organizativas (2 horas)</p>	<p>11. Evaluación, preguntas, comentarios, conclusiones de la formación (30 min)</p> <p>Metodología: Trabajo en grupo, resumen y puesta en común de cada habilidad blanda aprendida.</p>













La estructura general de unidades y métodos es²:

Unidad n°	Duración	Unidad
1	1,5 h	Introducción de la formación / Objetivo de la auto-evaluación y el curso de habilidades transversales y blandas dentro del proyecto WhomeN
2	3,5 h	Comunicación Métodos: <ul style="list-style-type: none">  El dilema del prisionero  Role play  Formación para entrevistas de trabajo
3	2,5 h	Trabajo en equipo Métodos: <ul style="list-style-type: none">  Mis objetivos
4	1,5 h	Diversidad cultural e igualdad de género
5	2,5 h	Habilidades interpersonales Métodos:

²Todos los métodos del programa formativo están disponibles en el protocolo WhomeN: <https://whomen.eu/project-products/>

Esta auto-evaluación fue creada por el Proyecto WHOMEN– Integración sociolaboral active de mujeres en riesgo de exclusión social mediante el reconocimiento y aprendizaje de competencias y habilidades interpersonales que les ofrezcan nuevas oportunidades profesionales en la sociedad de acogida.



		 El método de 4 campos  Formación para entrevistas de trabajo
6	2 h	Flexibility / Adaptability Métodos:  Métodos del artista  Método Loci
7	2.5 h	Negociaciones Métodos:  Método de capacitación para los argumentos / debate  Método Harvard
8	2 h	Toma de decisiones Métodos:  Mapa mental  La matriz de Eisenhower
9	2 h	Resolución de problemas Métodos:  Pensamiento innovador  Role play
10	2.5 h	Habilidades organizativas Métodos:  Seis sombreros para pensar  Análisis de competencias personales / Desarrollo personal / Asesoramiento en grupo
11	2.5 h	Evaluación, preguntas, comentarios, conclusiones de la formación (30 min) Metodología: Trabajo en grupo, resumen y puesta en común
Total:		25 h

Esta auto-evaluación fue creada por el Proyecto WHOMEN– Integración sociolaboral active de mujeres en riesgo de exclusion social mediante el reconocimiento y aprendizaje de competencias y habilidades interpersonales que les ofrezcan nuevas oportunidades profesionales en la sociedad de acogida.