

Herramientas para superar el síndrome de la impostora

Objetivos

- **Dotar a las participantes** de herramientas emocionales y cognitivas prácticas para abordar la inseguridad que se genera cuando aparece este síndrome.



Programa

1. Raíces y Marco Conceptual
2. Herramientas para superar el síndrome de la impostora

Metodología

La metodología que se utiliza durante la acción formativa es participativa, combinando la facilitación de herramientas teóricas/conceptuales con dinámicas eminentemente prácticas y vivenciales.



Duración: **5 horas**