



# Boteretu (2019). Mujer y liderazgo: ¿qué te impide avanzar?



**Uzt. 29 - Uzt. 30 2019**

**Kod. G25-19**

**Mod.:**

Aurrez aurrekoa

**Edizioa**

2019

**Jarduera mota**

Tailerra

**Data**

Uzt. 29 - Uzt. 30 2019

**Kokalekua**

Miramar Jauregia

**Hizkuntzak**

Gaztelera

**Balio akademikoa**

20 ordu

**Antolakuntza Batzordea**

Fundación  
BBVA



# Azalpena

Beste batzuek erabakitzen dutena izango naiz, edo nik erabakiko dut?

Nik argi daukat. Eta gainerakoek?

“Gizarte osoak bermatu behar du emakumeek eta neskek beren eskubideak libreki eta berdintasunez erabiltzeko aukera izatea”: [Euskadi-Basque Country 2030eko Agendaren](#) garapen jasangarriaren 5. helburua duzu hori.

Eta, bien bitartean, prestatu naiteke indartsuago izateko? [BOTERETUK \(2019\)](#) tailer ludiko eta esperimental bat antolatu du UPV/EHUren Uda Ikastaroetan. Hogeita bost emakumeentzat izango da eskusiboki, haien talentua bultzatu eta auto-konfiantza areagotu nahi baita, haien ahalduntzea lortzeko. Beldurra eta segurtasunik eza emakumeengan barneratutako pertzepzioak dira, gure erakundeetan lider femeninoak izateko aukera mugatzen dutenak. Horrek, beraz, Eusko Jaurlaritzak bere politika publikoen helburutzat jarri duen [Euskadi-Basque Country 2030eko Agendaren](#) garapen jasangarriaren helburuetako betetzea eragozten du.

## Helburuak

Eredu konbentzionalak berrikustea, emakumeengan blokeoaren mekanismoak nola eraikitzen diren ikasteko eta ulertzeko.

Komunikazio estrategikorako eta lidergo femininorako gaitasunak lantzea.

# Programa

2019-07-29

09:15 - 09:30 Entrega de documentación

---

09:30 - 14:00 “El taller será impartido por:”

**Miren Gabantxo Uriagereka** Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación - Comunicación Audiovisual y Publicidad

**Esther Torres Eustaquio** www.dobla.pro - Experta en Nuevos Lenguajes Multimedia, Comunicación Corporativa y Oratoria

**Azucena Vega Amuchástegui** www.azucenavegacoach.com - Entrenadora de Líderes y Equipos

---

**En entornos VUCA (volátiles, inciertos, complejos y ambiguos) se torna esencial el conocimiento de una misma, la consciencia de las limitaciones auto-impuestas, el descubrimiento de los condicionantes de nuestro entorno social, y -finalmente- el desarrollo de las llamadas competencias blandas (soft skills). A partir de este conjunto de habilidades podremos liderar la propia vida dotando de sentido nuestra existencia.**

---

**Sabido es que ningún viento es favorable para quien no sabe a qué puerto se dirige, por lo que abordaremos la tarea en tres fases: primero conectaremos con nuestros sueños, después los transformaremos en objetivos y -finalmente- diseñaremos un plan de acción para alcanzarlos.**

---

**La primera jornada del taller propone un viaje con diversas travesías en las que será necesario abandonar viejos paradigmas y crear otros nuevos. Se sugiere dejar marchar las ideas-creencias-emociones limitantes y dar la bienvenida a proyectos plenos de sentido, a los que dotaremos de método, recursos y consciencia para avanzar.**

---

**¿Pero qué es una idea limitante? ¿No eres creativa? ¿Nunca tendrás éxito? ¿No vales para crear tu propio negocio? Las ideas limitantes nos mantienen ancladas en la ciénaga de la impotencia, de la que es posible salir con apoyo, método y consciencia.**

---

**¿Pero qué son las competencias blandas? Aquellas que están demostrando marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso profesional: la capacidad de ser empática con los demás, de saber escuchar, de comunicar con claridad, de trabajar en equipo, de hacer preguntas poderosas, de establecer un nuevo estilo de relaciones. Y aunque el comportamiento es el carácter por el entorno social (Michael West, London School of Economics), las soft skills se pueden entrenar!**

---

2019-07-30

09:30 - 14:00 “El taller será impartido por:”

**Miren Gabantxo Uriagereka** Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación - Comunicación Audiovisual y Publicidad

**Esther Torres Eustaquio** www.dobla.pro - Experta en Nuevos Lenguajes Multimedia, Comunicación Corporativa y Oratoria

**Azucena Vega Amuchástegui** www.azucenavegacoach.com - Entrenadora de Líderes y Equipos

---

**En la segunda jornada se incidirá en el desbloqueo de las ideas auto-limitantes para reconocer y gestionar el laberinto emocional que oculta el talento de las mujeres.**

---

**Decir adiós al pánico.**

---

**Cambiar el miedo por la confianza.**

---

**Aprender a hablar bien es aprender a respirar.**

---

**Tomar conciencia de la voz, de la postura, del gesto.**

---

**Construir un mensaje persuasivo en los tres niveles del lenguaje (verbal, para-verbal y no verbal).**

---

**Avanzar en los recursos de comunicación oral y escrita en diferentes situaciones: mensajes on-line, negociación, exposición de proyectos, entrevistas.**

---

**Comprender cómo se diseña una presentación visual. El poder de las imágenes.**

---

**Saber organizar el discurso: el principio de la pirámide. Primacía y Recencia. Utilizar el léxico adecuado, hablar con coherencia.**

---

**Gestionar las emociones a la hora de conectar con la audiencia. Transmitir empatía entre hablante y oyente, captar y retener la atención, disfrutar de las técnicas para convencer.**

---

**Elaborar un discurso y gozar de su presentación en público.**

---

## Zuzendaritza



### **Miren Gabantxo Uriagereka**

UPV/EHU, Profesora e investigadora experta en Comunicación

---

Miren Gabantxo-Uriagereka (Bermeo, 1966). Irakasle eta ikertzaile iraunkorra (UPV/EHU). Kazetaria eta Komunikazioan Doktorea da UPV/EHU. Interneten Garapenerako Masterra egin zuen Mondragon Unibertsitatean. Zinegotzia da ere Bermeko Udalean. Campuseko Kultur Zuzendaria izanez EHUkultura programazioa egiteko eta (2008-2013) Gizarte eta Komunikazio Zientzien Fakultateko Medialab proiektu teknologikoaren Dekanordea. EITBn kazetaria izan zen 90.eko hamarkadan. 1996an hilabetea egin zuen bi atunontzi izoztzaileetan, Indiako Ozeanoan, Seychelles irlen inguruan, Hilario bere aitaren bizitza dokumentatzeko -Atlantiar eta Indiar Ozeanoetan tunaren arrantza industrialean aurrendaria izan baita bera-. Arrantzaleen artean bizitako esperientzia horren ondoren idatzi zuen "Atuneros congeladores, el cambio generacional y la transmisión del conocimiento tradicional" [Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía (25) : 33-36 (2003)].

## Irakasleak



### **Esther Torres Eustaquio**

Socia-Directora en Dobra Pro

---

Esther Torres Eustaquio, es Licenciada en Publicidad y Diplomada en Estudios Avanzados en Comunicación Audiovisual en UPV/EHU. En los años 80 se dedicó al deporte del alpinismo y está entre las primeras mujeres en participar en expediciones de alta montaña a la cordillera del Himalaya y a los Andes. Trabajó como cámara de televisión y como editora para los Servicios Informativos de TV3 y como Jefa del Área de Sociedad en los Servicios Informativos del grupo vasco de comunicación EITB. Actualmente es gerente de la Asociación de Directivos de Comunicación DIRCOM. Y es socia directora de la empresa Dobra Pro y desarrolla planes estratégicos y de marketing en organizaciones del Tercer Sector relacionadas con la educación y con énfasis en el ámbito universitario [[www.dobra.pro](http://www.dobra.pro)]



### **Azucena Vega Amuchástegui**

Coaching Estratégico

---

Azucena Vega Amuchástegui es Licenciada en Ciencias de la Información UPV/EHU y Consultora Empresarial senior formada en metodologías de vanguardia internacional. Durante dos décadas trabajó como periodista en RTVE y ETB. Con posterioridad (2002) fundó Coaching Estratégico, empresa pionera en el entrenamiento de líderes y equipos. Ha trabajado para más de trescientas firmas como Cafte, Voith Paper, Michelín, Azti-Tecnalia, SDEibar. Es colaboradora independiente de Innobasque, Adegí e Ibercaja así como docente, conferenciante y bloguera [[www.azucenavegacoach.com](http://www.azucenavegacoach.com)]

## Matrikula prezioak

<b>MATRIKULA</b>	<b>2019-05-31 ARTE</b>	<b>2019-07-29 ARTE</b>
OROKORRA	60,00 EUR	70,00 EUR
<a href="#">MATRIKULA MURRIZTUA</a>	35,00 EUR	-
<a href="#">MATRIKULA EXENTZIOA</a>	20,00 EUR	20,00 EUR
<a href="#">MATRIKULA BEREZIA</a>	35,00 EUR	-

# **Kokalekua**

## **Miramar Jauregia**

Mirakontxa pasealekua 48, 20007 Donostia

Gipuzkoa