«Reconocer **nuestro propio poder** es imprescindible»

Eva Cifre — Directora del Programa de Empoderamiento y Liderazgo para Mujeres

REDACCIÓN
especiales@epmediterraneo.com
CASTELLÓN

--¿Cómo surge la idea de proponer este programa formativo?

-La idea surge porque vimos que la investigación arroja datos de lo más contradictorios. Las mujeres entran en mayor número a las universidades, incluso en las carreras de Administración y Dirección de Empresas, pero luego siguen sin ocupar los puestos de dirección/liderazgo que, por sus capacidades, deberían ocupar. La investigación también nos dice que esto es debido a barreras estructurales que complican el acceso, barreras difíciles de abordar de manera individual, pero también por barreras internas personales, asociadas principalmente al género, y a cómo a mujeres y hombres se nos demandan funciones y roles diferentes. En estas barreras sí podemos trabajar.

--¿Cuál sería el principal objetivo de estos dos cursos?

-Se centran en proporcionar a las mujeres herramientas que les permitan reconocer su propio poder para superar las barreras personales, sociales, económicas y empresariales, con las que se pueden encontrar, en el ámbito personal y en el laboral. El programa se dirige a dos públicos objetivos. Por un lado, el curso intensivo (de 30 horas) está dirigido a mujeres que ya son líderes o se plantean serlo en un futuro no muy lejano (emprendedoras, jefas de equipo, directoras de sección...). Por otra parte, el segundo curso está dirigido a chicas que todavía están estudiando una carrera universitaria, ya que, en principio, esta les ofrece la formación para poder liderar proyectos en su ámbito de trabajo pero, lamentablemente, vemos que no lo hacen.

ÀLEX PÉREZ

►► **Responsables** ▷ Mª Pilar Domínguez, Laritza Machín y Eva Cifre.

--¿En qué consiste PERMA?

-El modelo PERMA, según sus siglas en inglés (Positive Emotions, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishments), fue propuesto Seligman (2011) y está compuesto por cinco elementos para promocionar bienestar: las emociones positivas, el compromiso, las relaciones interpersonales positivas, el significado y el logro. Este modelo plantea que el bienestar se consigue cuando las personas buscan por sí mismas el control de las emociones positivas que experimentan, ser competentes, estar comprometidas con sus metas personales, mantener relaciones interpersonales positivas y vivir sus vidas con un sentido de trascendencia. Todo esto lo trabajaremos en el programa con perspectiva de género, viendo cómo potenciarlo, siendo mujeres en este momento actual en nuestra sociedad particular.

> **EVA CIFRE**
> DIRECTORA DEL PROGRAMA
> La conferencia inaugural, a cargo de Mª José Mainar, tendrá lugar el 27 de febrero a las 18.30 horas»

--¿Qué aportará a las participantes esta formación?

-Les aportará claridad acerca de su potencial y tomarán conciencia de factores sociales y personales que pueden limitar la confianza en sí mismas como mujeres. En resumen, las participantes conocerán lo que quieren y pueden llegar a ser en el ámbito personal y laboral, más allá del corsé del género. Toda la información sobre ambos cursos, cuya matrícula ya está abierta, la encontrarán en la dirección *http://www.fue.uji.es/formacion/cursos.*