

# Curso de Empoderamiento personal y social para futuras mujeres líderes

Formación continua



Modalidad  
Semi-presencial



Del 10/03/2020  
al 19/05/2020



40 horas



PDF  
Curso



Información  
de Matrícula



15€

## PRESENTACIÓN

Mediante la ejecución de este curso de empoderamiento y liderazgo para mujeres estudiantes, se busca otorgar a las mujeres herramientas que les permita reconocer su propio poder para superar las barreras personales, sociales, económicas y empresariales, con las que se pueden encontrar en su futuro en el ámbito personal y sobretodo, en el laboral, antes incluso de su incorporación al mundo laboral.

Este curso se centra principalmente en *empoderamiento personal y profesional* donde se busca que las participantes reconozcan los mandatos de género que les limitan desarrollar su propio poder, brindarles herramientas específicas para desarrollarlo en su día a día, tanto en entornos personales como profesionales, incrementando de este modo su capital psicológico, su bienestar y su salud biopsicosocial de cara a su futura incorporación al mercado laboral, fomentando de este modo su apertura a posibilidades de convertirse en futuras líderes y/o emprendedoras.

## DATOS GENERALES

**Duración:** 40 horas

**Modalidad:** presencial

**Fechas:**

Marzo: 10,12,24,26 y 31

Abril: 2,8,21,23,28 y 30

Mayo: 5,7,12,14,19 y 21

**Horario:** Martes y jueves, de 15.30 a 18.00h

Lugar: por confirmar

Teléfono de contacto: 964 38 72 09/12

Título / Diploma obtenido: Formación continuada por la Universitat Jaume I

## DESTINATARIOS

- Mujeres estudiantes de cualquier ciclo formativo de la UJI. Específicamente mujeres estudiantes interesadas en adquirir competencias que le permitan empoderarse y afrontar retos personales y laborales, sobre todo aquellos relacionados con el liderazgo y el emprendimiento.

## OBJETIVOS

- Ampliar la consciencia de las participantes respecto al propio poder respecto a la creación de la realidad.
- Dar a conocer a las mujeres participantes cómo el sistema sexo/género, el sexismo y otras creencias del sistema patriarcal afecta a la construcción de su identidad y a la creación de la realidad personal y social, así como a la distribución de poder en la sociedad.
- Reconocer los obstáculos subjetivos y estructurales a los que se enfrentan las mujeres participantes en el ejercicio de su futuro desarrollo de carrera y de su vida personal como emprendedoras, jefas de grupo, directivas en PYMES y/o en grandes empresas.
- Empoderar a nivel personal a las participantes para ocupar posiciones de liderazgo (en PyMES o en grandes empresas, o como autónomas/emprendedoras) mediante el fortalecimiento de recursos psicológicos positivos y aumento de su bienestar bio-psico-social.

## PROGRAMA

### 1) El sistema sexo género (10 horas)

- a) Género y sexo
- b) Identidad de Género y sus elementos
- c) Género y subjetividades

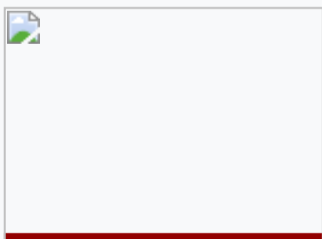
### 2) Elementos de Bienestar: Programa PERMA (30h)

- a) Emociones positivas
- b) Relaciones interpersonales
- c) Engagement
- d) Significado
- e) Logros

## METODOLOGÍA

- Taller vivencial con breve exposición teórica de contenidos y alto contenido de actividades prácticas tanto individuales como grupales.
- Mentorazgo con mujeres líderes a modo de modelos y apoyo.

## PROFESORAS



### Eva Cifre Gallego

Doctora en Psicología.  
Máster en Estudios de Género y Ciudadanía.  
Profesora Titular de la Universidad Jaume I.



### Laritza Machín Rincón

Licenciada en Psicología. Master en Psicología del Trabajo, de las Organizaciones y en Recursos Humanos.  
Investigadora - Universidad Jaume I



**Maria Pilar Dominguez Castillo**

Máster en Estudios de Género y Políticas de Igualdad – Universidad De Valencia

## EVALUACIÓN

- Asistencia a clases
- Participación en las actividades prácticas
- Elaboración de un proyecto de vida personal/profesional

## INFORMACIÓN DE LA MATRÍCULA

### IMPORTE DE LA MATRÍCULA

15 euros

### DOCUMENTACIÓN NECESARIA

- Fotocopia del DNI (alumnos extranjeros, NIE o pasaporte)
- Copia del carnet de estudiante o de la matricula del curso actual o de AlumniSAUJI Premium
- Justificante de ingreso de la matrícula

Número de cuenta para realizar el ingreso: (nombre, apellidos y curso)  
ES64 2100-4236-14-2200003795 (La Caixa)

### ¿Cómo y dónde tiene que entregar la documentación?

1. Personalmente en la FUE-UJI de Castellón (Universitat Jaume I)
2. Vía correo electrónico a [formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)
3. Vía fax al 964 387010

### Más información

Fundación Universitat Jaume I-Empresa

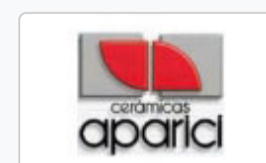
Dpto. de Formación

Teléfonos: 964 387 222 / 09

Fax. 964 387 010

Emails: [formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es) – [smembri@fue.uji.es](mailto:smembri@fue.uji.es)

## Patronos empresas y entidades





## Contacta con nosotros

te ayudamos a encontrar lo que necesitas



**Silvia Membrilla**

Teléfono: 964 38 72 09  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



**Andrea Navarro**

Teléfono: 964 38 72 12  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



**Reyes Riera**

Teléfono: 964 38 72 10  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



+34 964 38 72 22



Fundación Universitat Jaume I - Empresa, Campus Riu  
 Sec.

Edif. Escuela de Doctorado y Consejo Social, s/n  
 12071 Castellón de la Plana, España



### Accesos

[Inicio](#)  
[La Fundación](#)  
[I + D + I](#)  
[Formación](#)  
[Jornadas](#)  
[Prácticas](#)  
[Becas para titulados](#)  
[EuroFUE-UJI](#)

### Más visitadas

[Cursos FUE-UJI](#)  
[Oferta de prácticas extracurriculares](#)  
[Oferta de becas para titulados](#)  
[Proyectos Europeos e Internacionales EuroFUE-UJI](#)  
[Próximas Jornadas, Seminarios y Congresos](#)

### Otras webs de la Fundación

[elfue.com](#)  
[EuroFUE-UJI](#)  
[InnovaUJI](#)

### [Aviso legal](#)

[Portal de Transparencia](#)