Co-funded by
the European Union

Breaking
the Ceiling

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

Co-funded by
the European Union

Breaking
the Ceiling

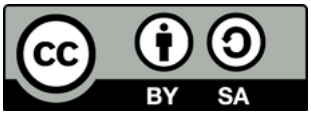
Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados en este documento son únicamente de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea en el Ámbito Educativo y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA asumen responsabilidad alguna por estas.
Este proyecto ha sido financiado con el respaldo de la Comisión Europea. Esta publicación [comunicación] refleja exclusivamente las opiniones de su autor, y la Comisión no asume responsabilidad alguna por el uso que se pueda dar a la información que contiene.

Autores

© Septiembre 2024 – EBB GmnH, Paso a Paso, VAEV I+D, INDEPCIE, Skill-Up Srl., SVERONIS & SIA O.E.

Esta publicación ha sido elaborada con el apoyo financiero de la Comisión Europea en el contexto del proyecto Erasmus+ "2022-1-DE02-KA220-VET-000085146".

Atribución, compartir bajo la misma condición



(CC BY-SA): Usted tiene la libertad de compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato, así como de adaptarlo, remezclarlo, transformarlo y crear a partir de él para cualquier propósito, incluso comercial. El licenciante no puede revocar estas libertades siempre que usted cumpla con los términos de la licencia que se detallan a continuación:

Atribución: se debe otorgar el crédito adecuado, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado modificaciones. Esto puede hacerse de cualquier manera razonable, pero no de forma que sugiera que el licenciante respalda a usted o su uso.

CompartirIgual: Si remezclas, transformas o construyes sobre el material, debes distribuir tu contribución bajo la misma licencia que la original.

Sin restricciones adicionales: no se pueden imponer condiciones legales.

Co-funded by
the European Union

Breaking
the Ceiling

TABLA DE CONTENIDOS

01. BUENAS PRÁCTICAS - ALEMANIA pág. 3

BUENAS PRÁCTICAS - GRECIA pág. 8 02.

03. BUENAS PRÁCTICAS - ITALIA pág.13

BUENAS PRÁCTICAS - AUSTRIA pág.18 04.

05. BUENAS PRÁCTICAS - ISLANDIA pág. 23

BUENAS PRÁCTICAS - ESPAÑA pág.28 06.

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

Co-funded by
the European Union

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS ALEMANIA

EUROPASS BERLÍN

europass

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

NIKOLA JOETZE



Introducción a la entrevista

Nikola Joetze es la directora de proyectos de **Berlinale Talents**, la cumbre anual y plataforma de networking del Festival Internacional de Cine de Berlín. Como **gestora cultural**, cuenta con más de 20 años de experiencia en la gestión de numerosos proyectos cinematográficos y artísticos en Berlín, en toda Europa y a nivel global, con un enfoque particular en las áreas de **financiación, recaudación de fondos** y producción. Además, ha ejercido como **tutora** para el **Consejo Cultural Alemán** y actualmente participa de manera activa en el grupo de trabajo de tutoría de la asociación **WAM - Women in Arts and Media.**

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Al colaborar con **equipos internacionales** y personas de diversos orígenes culturales, Nikola ha enfrentado numerosos desafíos. No obstante, un aspecto recurrente que observó al inicio de su carrera fue que, cada vez que asistía a una reunión, **las personas tendían a dirigirse a sus colegas masculinos en lugar de a ella.**
Al percatarse de la desigualdad en el trato hacia hombres y mujeres, reflexionó sobre cómo superar este desafío. La estrategia que formuló consistió en estar siempre excepcionalmente preparada antes de cada reunión y contar sistemáticamente con **un plan claro para evidenciar su conocimiento.** No obstante, se dio cuenta de que esta estrategia también implicaba la necesidad de dedicar más tiempo antes de cada encuentro y que, en consecuencia, **debía esforzarse más** que un hombre, ya que el reconocimiento no era equivalente y la recepción no era la misma desde el inicio.

Resultados y conclusiones

La integración de **la comunicación y el trabajo en equipo** es fundamental para las labores que Nikola ha estado llevando a cabo como **líder de equipo.** Según su experiencia, la comunicación es el elemento que permite a un buen equipo colaborar de manera efectiva, y un equipo sólido es lo que garantiza un resultado positivo en **la gestión de proyectos**. Nikola subraya la relevancia de la comunicación **para definir y comprender el papel de cada persona en el equipo**. Además, sostiene que, al trabajar en conjunto, todos deben contar con un espacio para aprender y desarrollarse.

Al reflexionar sobre su trayectoria profesional, Nikola considera **la curiosidad** como el **elemento esencial** de su **éxito**. De hecho, esta curiosidad la ha llevado a explorar diversas culturas, a experimentar con su identidad en distintos entornos, a visitar nuevos lugares y a desempeñar diferentes roles laborales. Su lema actual es cultivar la curiosidad y descubrir hacia dónde la puede guiar la vida en los próximos años. Su deseo para el futuro es que, al cumplir 84 años, continúe siendo una persona curiosa.

Nikola ofrece las siguientes recomendaciones a cualquier mujer que aspire a romper el techo: **sé la versión auténtica de ti misma**, **persigue lo que amas y mantente fiel a esa versión**. Siempre que te enfrentes a un obstáculo, **no permitas que te detenga**; en su lugar, comienza a reflexionar sobre cómo superarlo.

Breaking the Ceiling

GIULIA BORRIELLO

Introducción a la entrevista

Giulia Borriello es **psicóloga, psicoterapeuta y presidenta de la primera asociación italiana de salud mental en Alemania.** Como mujer expatriada, posee una amplia experiencia en el apoyo **a mujeres de origen migratorio**. Actualmente, ejerce en **un consultorio internacional en Berlín.**



Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Giulia ha estado compartiendo con numerosos clientes los mismos desafíos: **ser expatriada**, salir de su zona de confort en tiempos de crisis y enfrentarse a **un cambio radical**. Considera que reiniciar su carrera desde cero en un país extranjero la ha transformado profundamente, tanto a nivel psicológico como en su desarrollo personal y como mujer.

De hecho, Giulia narra que, al abandonar Italia y trasladarse a **Alemania**, también pasó de un país donde su sector laboral sigue estando dominado por hombres, es jerárquico y tiende a discriminar a los jóvenes profesionales por su edad, a **una sociedad donde los jóvenes parecen ser más confiables y las mujeres tienden a colaborar y empoderarse mutuamente.**

Resultados y conclusiones

Como psicoterapeuta, Giulia se interesa principalmente en **la comunicación intercultural**. Afirma que, durante su trabajo en Italia, se encontró con un estilo de comunicación que no siempre resultaba transparente.

Hoy en día, sostiene que la **comunicación asertiva, el establecimiento de límites** y la transparencia son habilidades fundamentales para el éxito de cualquier mujer y de cualquier persona en general. Además, opina que la **mentalización**, es decir, la capacidad de distanciarse de la propia perspectiva e intentar comprender los procesos de pensamiento de los demás, es una habilidad esencial no solo para los psicoterapeutas, sino también para quienes **no son profesionales**.

Su recomendación para las mujeres que desean tener éxito en su carrera es **ser valientes**, lo cual, desde su punto de vista, es tan crucial como **saber solicitar ayuda**, **delegar, renunciar al perfeccionismo** y evitar la mentalidad capitalista del hombre hecho a sí mismo que busca hacerlo todo por su cuenta.

Breaking
the Ceiling

JULIA IHLS



Introducción a la entrevista

Julia Ihls es **investigadora interdisciplinaria** y **diseñadora.** Es **directora ejecutiva del laboratorio de Bio Design de la Universidad de Artes y Diseño de Karlsruhe**, un entorno híbrido y evolutivo para la materia viva que se manifiesta tanto en el espacio digital como en el físico. Su labor se centra en las intersecciones de la filosofía natural, la teoría de los medios y la escenografía.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Julia ha enfrentado numerosos obstáculos a lo largo de su carrera. Considera el **ámbito académico** como un entorno en el que las mujeres deben lidiar con **situaciones financieras ambiguas, deficiencias en las infraestructuras, una jerarquía que impacta la comunicación y una notable precariedad en general.**

Además, en el Bio Design Lab se trabaja con una **subdisciplina del diseño** que, en la actualidad, también conlleva el temor **a interactuar con microorganismos.** De hecho, colaborar con organismos distintos a los humanos exige **una considerable empatía.** El Bio Design Lab también está evidenciando la relevancia de **fomentar la conciencia** dentro de una comunidad y de difundirla a un público más amplio. En términos generales, lo que le resulta valioso es la **adaptabilidad**, que desde su perspectiva **no implica renunciar a las propias convicciones.**

Resultados y conclusiones

Julia sostiene que la comunicación y el **trabajo en equipo** son igualmente **esenciales** y están interrelacionados. En su ámbito, la colaboración es particularmente vital, ya que el biodiseño es una disciplina que enfrenta una **complejidad** tal que no sería realista depender únicamente de la experiencia, habilidades y competencias de un solo especialista. Por el contrario, su comunidad de investigación debe integrar a diseñadores, biólogos, teóricos y artistas, lo que implica que **la comunicación** es igualmente fundamental. De hecho, el intercambio de ideas entre **personas de diferentes disciplinas** también conlleva la necesidad de unir d**iversos lenguajes,** transitar de un código a otro e incluso abordar **problemas de redacción compartida.**

La empatía y la paciencia constituyen sus recomendaciones finales para abordar la complejidad. Además, sostiene que, en el ámbito del **liderazgo**, uno nunca debe considerarse con más derechos que las personas que lo rodean.

La curiosidad y el entusiasmo le han permitido abordar nuevos proyectos y desafíos, mantener una mentalidad abierta, entusiasmarse con aspectos completamente novedosos en su campo de especialización y aventurarse en ellos. Sin embargo, en su opinión, **el entusiasmo** por sí solo **no es suficiente;** debe complementarse con un equilibrio entre **la eficacia y la ambición**, ya que en ocasiones se puede estar entusiasmado con un tema específico, pero también es necesario contar con un plan.

Finalmente, Julia considera fundamental que las mujeres **asuman la responsabilidad** de sus decisiones y acciones, que **mantengan** la curiosidad y **la apertura al cambio**, pero también que **confíen en sus propias capacidades**. De hecho, aunque reconoce la relevancia de solicitar ayuda, sugiere intentar **resolver los problemas de manera creativa en primer lugar.**

Breaking the Ceiling

SANDRA FENDL

Introducción a la entrevista

Sandra Fendl es **asesora científica en biotecnología y bioeconomía,** así como **responsable de igualdad de oportunidades** en **acatech, la Academia Nacional de Ciencias e Ingeniería de Alemania.** Durante la última década, ha desempeñado funciones como investigadora en instituciones de renombre, como el Instituto **Max Planck de Neurobiología en Múnich** y la **Universidad de California en Berkeley**, en Estados Unidos.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

La obtención del doctorado en neurociencias en el Instituto Max Planck de Neurobiología de Múnich representó uno de los mayores desafíos en la carrera de Sandra. En este contexto, los obstáculos incluyeron **una intensa competencia y la presión por publicar**, además de la aceptación de que el 90% de sus experimentos resultarían en fracaso. La lección más significativa que aprendió durante esos tiempos fue **la resiliencia y la perseverancia,** ya que tuvo que confiar en sí misma y **continuar trabajando tras cada contratiempo.**

La oportunidad de contar con **el respaldo de una comunidad de personas y colegas** también le fue de gran ayuda en el proceso de culminar con éxito su doctorado.

Resultados y conclusiones

Sandra es consciente de que nunca habría completado su doctorado sin **un equipo a su alrededor**, no solo porque la carga de trabajo de su proyecto no podría haber sido asumida por una sola persona, sino también por la relevancia **de contar con apoyo emocional.**

Sandra sostiene con firmeza que **la comunicación y el trabajo en equipo** están intrínsecamente relacionados y deben ir acompañados de **empatía**. Resalta la relevancia de la autocomprensión, de expresar lo que se necesita y lo que resulta efectivo o ineficaz para uno mismo, así como de entender a los demás, como medio **para construir no solo un equipo eficiente y productivo, sino también un ambiente laboral positivo.**

En general, considera que la habilidad fundamental en su carrera ha sido la comunicación abierta **y la audacia en la expresión**. En particular, aconseja a las mujeres que tengan **el valor de formular preguntas y solicitar favores**, algo que a menudo les resulta difícil debido al temor de parecer ingenuas o vulnerables.

Su último mensaje a una mujer es: **cree en ti misma, incluso antes de que realmente lo hagas**. De hecho, considera que este consejo es especialmente relevante para una mujer investigadora en **las primeras etapas de su carrera, cuando** las ideas y los talentos pueden estar presentes, **pero aún no hay suficientes logros externos o publicaciones** que puedan incrementar objetivamente la confianza en sí misma**.** La receta de Sandra para esa fase es: cree en ti misma de todos modos; repítete, o incluso anota en un diario, "Puedo lograrlo", porque al hacerlo, realmente puedes **transformar** algo en tu **mentalidad.** Finalmente, Sandra subraya que e**se trabajo interno nunca debe detenerse**, ya que incluso más adelante en la carrera de una mujer, cuando hay numerosos logros evidentes, nunca se alcanzará una confianza del 100%.



Breaking the Ceiling

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS GRECIA

E-SCHOOL

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

Co-funded by
the European Union

SOFÍA PATOULIDOU

Introducción a la entrevista

Sophia ha trabajado durante los últimos diez años en organismos de certificación de calidad y en diversas empresas de TI. Su rol es **de gestión o alta dirección.**



Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

En su opinión, la cultura empresarial no está tan dominada por los hombres como se afirma, pero la mujer debe esforzarse más que el hombre para obtener la misma confianza en el entorno laboral. En este sentido, el país está rezagado, señala. El problema no radica en la negación de la cooperación, sino en que la opinión de una mujer en este ámbito no se valora con la misma facilidad a menos que demuestre previamente su valía.

Para consolidarse en el sector y crecer, ha intentado estructurar su estrategia de manera que pueda enfrentar los diversos desafíos del ámbito profesional. Además de la organización y una ética laboral positiva, como menciona, la comunicación, la resolución de problemas y la escucha activa desempeñaron un papel fundamental. Como señala, cuando se ocupa la cúspide de la jerarquía, es necesario gestionar a todas las personas: a los subordinados, a los superiores y, lo más crucial, las relaciones entre ellos.

Finalmente, otro importante desafío que enfrentan todas las empresas en Grecia es el trabajo en equipo; no ha existido cooperación ni un entorno "seguro" para el crecimiento en el país, y eso es lo que ella ha tenido que establecer en numerosas ocasiones.

«Adaptabilidad» es el término fundamental en el entorno laboral contemporáneo.

Resultados y conclusiones

Todas las competencias interpersonales son importantes, todas desempeñan un papel vital a la hora de influir significativamente en la vida personal y profesional. Pero la más necesaria, aquella sin la que no puedes continuar, es la confianza. La confianza y el creer en uno mismo es lo que te hace avanzar, sin confianza no puedes cruzar la calle. Hazte un favor y cree en ti mismo.

Breaking the Ceiling

MARÍA MALLIORA



Introducción a la entrevista

María es la directora ejecutiva de Innovation Footprint, una organización no gubernamental dedicada a la provisión de servicios educativos. Su objetivo primordial es la formación y capacitación de docentes.
El ámbito educativo se encuentra en constante evolución; las necesidades de las personas estudiantes están en transformación y la tecnología ha desempeñado un papel fundamental. El objetivo es capacitar a las personas educadoras en nuevos métodos y herramientas que les permitan atender de manera más efectiva las demandas actuales.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Los obstáculos y las dificultades son desafíos a los que una empresa se enfrenta diariamente. Hasta la fecha, no ha existido un período en el que no hayamos tenido que lidiar con dificultades, pero siempre hemos hecho todo lo posible por superarlas. Cada vez que se resolvía un problema, surgía el siguiente.
Es fundamental que, al enfrentar un problema, se comunique adecuadamente, ya que al no exteriorizarlo y ocultarlo, este tiende a agravarse.

Lo más relevante que se puede afirmar sobre las habilidades es cuántas son necesarias para que una persona sobreviva en el entorno laboral. Por ello, resulta complicado seleccionar únicamente dos. Se necesita una combinación de habilidades para alcanzar el éxito en una carrera.
Sin embargo, al enfocarnos en dos de ellas, la organización se presenta indudablemente como una habilidad fundamental. Se refiere a la capacidad de una persona para llevar a cabo sus tareas dentro de los plazos establecidos. Por lo tanto, la gestión del tiempo está intrínsecamente relacionada con la organización.

Una segunda habilidad fundamental es una ética laboral positiva. Los principios éticos que adoptamos en nuestra vida personal deben también guiarnos en el entorno laboral.

Resultados y conclusiones

En la actualidad, nos encontramos en un entorno profesional en constante evolución que requiere una actualización continua de nuestras competencias, lo que hace imprescindible el desarrollo y la renovación de nuestras habilidades.

Se necesita una combinación de habilidades para triunfar en una carrera.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

MARÍA PAPADOPOULOU

Introducción a la entrevista

Maria Papadopoulou es la **directora general** de un centro educativo ubicado en Karditsa (Grecia). Este centro se especializa principalmente en la respuesta cognitiva de los niños ante las clases escolares y ha estado en funcionamiento durante la última década.



Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

La start-up enfrentó una serie considerable de obstáculos, especialmente en sus inicios. Para captar la atención de los padres-clientes, era necesario promocionar la estructura educativa y su propósito de manera específica en el mercado local. Esta situación se complicó aún más debido a que no ofrecíamos un producto tangible que el consumidor pudiera utilizar para satisfacer su necesidad, sino un servicio cuya valoración se realiza a lo largo del tiempo y no de forma inmediata.

Sin embargo, resulta complicado abordar todas las estrategias que deben implementarse para alcanzar el resultado deseado. Por lo tanto, nos enfocaremos en la más crucial:

La determinación y el anhelo de alcanzar el éxito son de vital importancia. Me encontraba en el momento propicio, ya que poseía una idea que había estado madurando tras años de labor en diversas estructuras educativas, la certeza de que era capaz de lograrlo y la convicción de que era necesario hacerlo.

También es esencial disfrutar de tu profesión, ya que esto atraerá a una cantidad de clientes sin precedentes.

Por consiguiente, **las sólidas habilidades de comunicación**, **una ética laboral positiva y competencias organizativas** han sido fundamentales para su éxito.

Es esencial disfrutar de tu profesión, ya que esto atraerá a una cantidad de clientes sin precedentes.

Resultados y conclusiones

María se integró en la comunidad educativa de Karditsa gracias a su autoconfianza, su seguridad y su fe en sus capacidades para tomar decisiones, elementos fundamentales para alcanzar el éxito.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

ZOI HATZI



Introducción a la entrevista

Zoi es empresaria y, en particular, ocupa el cargo de **presidenta de UCERT, una empresa con sede en Atenas, Grecia.**

Todas las competencias horizontales son fundamentales para el éxito profesional. No obstante, para mí, la más relevante fue la flexibilidad.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Establecer y consolidar mi participación y posición en un entorno profesional ya estructurado fue uno de los mayores desafíos que enfrenté. Uno de los principales obstáculos que debí superar fue establecer y mantener mi presencia y rol en un entorno profesional ya consolidado.
Junto con sus otras habilidades, logró modificar el status quo al exhibir una ética laboral ejemplar. Sostiene que el éxito de una empresa radica en la aplicación de estrategias de comunicación efectivas y en la escucha activa de los empleados y colegas en relación con sus preocupaciones.

Según ella, el éxito de la empresa también dependía de la percepción de los problemas y controversias que emergían en el entorno laboral y de su pronta resolución.

Resultados y conclusiones

UCERT es un organismo de certificación que se especializa en la certificación de personas y se posiciona como uno de los más grandes de Grecia. Colabora estrechamente con instituciones relevantes, siendo uno de sus principales socios la Universidad Frederick de Chipre en el ámbito de la educación de posgrado a distancia.

Breaking the Ceiling

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS ITALIA

SKILL UP

SKILL up
CONSULTING TRAINING

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

SERENA CASTELLO

Introducción a la entrevista

Serena Castello es una **ejecutiva y empresaria** establecida en Roma, Italia.



Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

El principal desafío que Serena ha enfrentado en su carrera **ha sido ganarse la confianza** de sus clientes y colaboradores. Siempre ha tenido que esforzarse más para demostrar su valía y evidenciar que lo que otros consideraban ideas y metodologías innovadoras ya formaban parte de sus prácticas laborales. Serena ha sabido **anticiparse a las tendencias** y desarrollar una visión a largo plazo, cualidad propia de una buena emprendedora; sin embargo, convencer a clientes y colaboradores para que **adopten y acepten el cambio** nunca ha sido una tarea sencilla.

Su éxito se atribuye a su notable **capacidad para el trabajo en equipo**: su empatía le facilitó la creación de un grupo cohesionado que compartía su visión, ideales y objetivos. Sus robustas competencias en l**a resolución de problemas y optimización** la convirtieron en un referente y un líder ejemplar simultáneamente.

Siempre ha sostenido un **enfoque optimista** fundamentado en el entusiasmo, la pasión y la empatía.

"No permitas que los detractores te desmotiven: escuchar un no no es la única forma de crecer, volverte más fuerte y mejorar."

Resultados y conclusiones

Serena ha constituido un equipo sólido y cohesionado, al que ha guiado a través de la transformación. Gran parte de su éxito radica en **un continuo impulso del aprendizaje y el desarrollo**, comenzando por la habilidad de la autorreflexión y de salir de la zona de confort. Abordar a las personas desde una perspectiva empática es fundamental para alcanzar un resultado significativo, tanto desde un enfoque humano como profesional.

Mantener a su equipo cohesionado y proporcionarle las herramientas necesarias para enfrentar el cambio tras la pandemia del COVID-19 no ha sido una tarea sencilla. Sin embargo, hoy reconoce que **la autoconfianza** es esencial para ser un buen emprendedor: nadie creerá en ti si primero no crees en ti mismo.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

ANNA CAMPANILE



Introducción a la entrevista

Anna Campanile es la **directora de marketing y comunicación** de Averna, Italia. Además, ejerce como consultora y **asesora,** acumulando 30 años de experiencia en el sector de la gran distribución.

"Hoy puedo decir a las jóvenes que ingresan al mercado laboral que, ante todo, deben crear e invertir en sí mismas y, como siempre digo, que sonrían siempre."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Anna fue nombrada directora de la empresa a una edad muy temprana. Además, era **la única mujer en un cargo de responsabilidad,** lo que, sumado a su juventud, le ha exigido demostrar constantemente su valía y competencias en el ámbito laboral, especialmente ante colegas masculinos y de mayor edad.

Ella decidió enfrentar el desafío y las dificultades mientras cuidaba **las relaciones sociales** que estaba estableciendo en su entorno laboral. El "**factor humano**", su habilidad para construir un vínculo de confianza con quienes trabajan con ella y para ella, le permitió demostrar su valía y poner en marcha procedimientos eficientes y sin contratiempos. **La empatía** ha sido su superpoder, y aún aconseja a todas las mujeres jóvenes que aspiran a una carrera exitosa que nunca pierdan de vista las relaciones que están forjando.

Resultados y conclusiones

Anna se define como una persona **apasionada y entusiasta**, aunque también muy **pragmática** y competente. Estas cualidades han sido fundamentales para el éxito de su empresa, así como para su desarrollo personal y profesional como directora.

Destaca la relevancia de la formación como una inversión esencial para cualquier trabajador, y especialmente para una mujer. **El aprendizaje y la educación continuos** son sinónimos de desarrollo y éxito cuando se emplean para perfeccionar habilidades y mantenerse a la vanguardia.

Breaking the Ceiling

VALENTINA VINOTTI

Introducción a la entrevista

Valentina Vinotti es docente, formadora, investigadora, consultora y madre. Imparte clases de Antropología Cultural aplicada al Diseño en el Instituto Europeo de Diseño (IED) de **Roma** y ejerce como investigadora y consultora independiente para empresas de formación.



Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Creativa y de **espíritu libre**, Valentina inició su trayectoria profesional en empresas tradicionales y jerárquicas, y pronto se percató de que este entorno laboral no era el adecuado para ella. **Para trabajar a su manera**, encontrar **significado** en su profesión y disponer de tiempo y energía para dedicarse a **su familia** y a sus dos hijos, optó por ejercer como **autónoma**, lo que le permitió realizar proyectos alineados con sus valores y competencias. Este doble (y a veces triple) rol de madre, profesora y asesora exige una gran flexibilidad, un profundo conocimiento de sus habilidades, así como de sus límites, y la capacidad de resolver problemas confiando e involucrando a otros colaboradores, colegas y miembros del equipo.

Saber desde el principio **qué debía evitar**, qué tipo de tareas, trabajos, entornos o personas no le agradaban o con las que no colaboraba eficazmente, permitió a Valentina construir una carrera que refleja su esencia, al tiempo que fortalecía su autoestima y confianza en sí misma. **La curiosidad, la flexibilidad, el aprendizaje continuo** y **un intercambio constante de conocimientos** y habilidades con sus colegas son los pilares de su éxito.

Resultados y conclusiones

Los logros profesionales de los que Valentina se siente más orgullosa están relacionados con la capacidad de observar y medir el **impacto** que ha tenido en las personas y las organizaciones. Disfruta cuando sus estudiantes le presentan proyectos de investigación que superan sus expectativas y cuando puede afirmar que sus lecciones han despertado la pasión y, sobre todo, la curiosidad. Hace unos años, su labor como formadora e investigadora la llevó a conocer a un joven que había sido **hikikomori** (se negaba a salir de casa) durante un período considerable; **gracias a la intervención de Valentina**, él logró reconstruir su vida social y transformar su pasión por los videojuegos y la programación en una carrera en el ámbito de las tecnologías de la información.

Breaking
the Ceiling

SONIA PEDROLI



Introducción a la entrevista

Sonia Pedroli es la **directora de la Oficina de Inspección de Fraude Alimentario** en Pescara (Italia). Ha desempeñado funciones en la administración pública y en el Ministerio de Agricultura durante décadas, pero solo logró alcanzar la cúspide de su carrera en los últimos años, cuando sus hijos ya habían crecido.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Al reflexionar sobre el puesto de gran responsabilidad y éxito que ocupa actualmente, Sonia recuerda cómo su carrera ha experimentado un notable impulso en los últimos años. Madre de dos hijos, **optó por priorizar a su familia y a sus hijos** hasta que se inscribieron en la universidad. Esta decisión implicó rechazar oportunidades laborales previas para poder seguir presente en la vida de sus hijos.

"Las mujeres no pueden tenerlo todo. No es realista afirmar que pueden tener tantos hijos como deseen y trabajar doce horas al día sin apoyo. Tal vez sea factible si cuentas con un familiar de confianza, tu pareja, tus padres o un hermano que pueda cuidar de los niños en tu ausencia, pero de lo contrario, debes tomar una decisión."

Su historia evidencia que **el éxito no resulta menos gratificante cuando se alcanza más tarde en la vida.** Además, al priorizar su papel como madre, Sonia ha podido desplegar cualidades como l**a empatía, la comprensión y la tolerancia**, que también la han llevado al triunfo en su carrera profesional.

Resultados y conclusiones

Trabajar en la administración pública ha permitido a Sonia seguir el desarrollo de sus hijos y, cuando se sintió preparada, finalmente aceptar las oportunidades y los puestos de responsabilidad que había rechazado al inicio de su carrera. "Quizá sea diferente si trabajas en una empresa privada o si trabajas por cuenta propia [...] pero tal vez también haya una lección en esto. Si deseas tener el tiempo y la energía para ser madre sin renunciar a tu carrera, **elige con sumo cuidado para quién trabajas".**

Breaking
the Ceiling

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS AUSTRIA

VAEV R&D

VAEV R&D

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

Co-funded by
the European Union

MEYSARA MAJDOUB

Introducción a la entrevista

Meysara Majdoub, artista independiente y fundadora de arasyems Art, comparte su experiencia sobre su trayectoria como profesional creativa autónoma. En la entrevista, aborda su camino hacia el establecimiento de su propio negocio y los significativos desafíos personales y profesionales que enfrentó en el proceso. Meysara subraya la relevancia de la autoconfianza y la perseverancia para convertir su pasión artística en una carrera sostenible. Su experiencia inspira a quienes buscan seguir sus sueños y dejar su huella en la industria creativa.

La historia de Meysara destaca las complejidades de iniciar un proyecto de manera independiente, especialmente en el ámbito artístico, donde el éxito de una iniciativa a menudo depende tanto de la convicción personal como de la habilidad para conectar con el público. A través de sus reflexiones sinceras, proporciona valiosos consejos a los aspirantes a artistas y emprendedores, subrayando la importancia de la fe en las propias ideas y la necesidad de comunicar y compartir activamente la propia visión con el mundo.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

El principal obstáculo que enfrentó Meysara en su trayectoria profesional fue dar el primer paso hacia la independencia. La transición de artista a empresaria autónoma demandó una gran confianza en sí misma, no solo para creer en sus ideas, sino también para presentarlas de manera pública. Este desafío resultó especialmente abrumador, ya que implicó pasar de la conceptualización de su trabajo a la interacción activa con el mundo exterior. El temor a la exposición pública y la posibilidad de fracasar fueron barreras significativas que tuvo que superar.

Para abordar estos desafíos, Meysara adoptó una estrategia de visualización y establecimiento de objetivos. Registró meticulosamente sus ideas y metas, lo que le permitió aclarar y consolidar su visión. Este proceso de visualización de sus objetivos resultó fundamental para motivarla a actuar. Al desglosar sus metas en pasos manejables, pudo implementar sus ideas de manera efectiva. Además, Meysara se enfocó en cultivar la confianza en sí misma a través de la práctica de habilidades sociales, como el networking y la conversación informal, que consideraba esenciales para cerrar la brecha entre la teoría y la práctica.

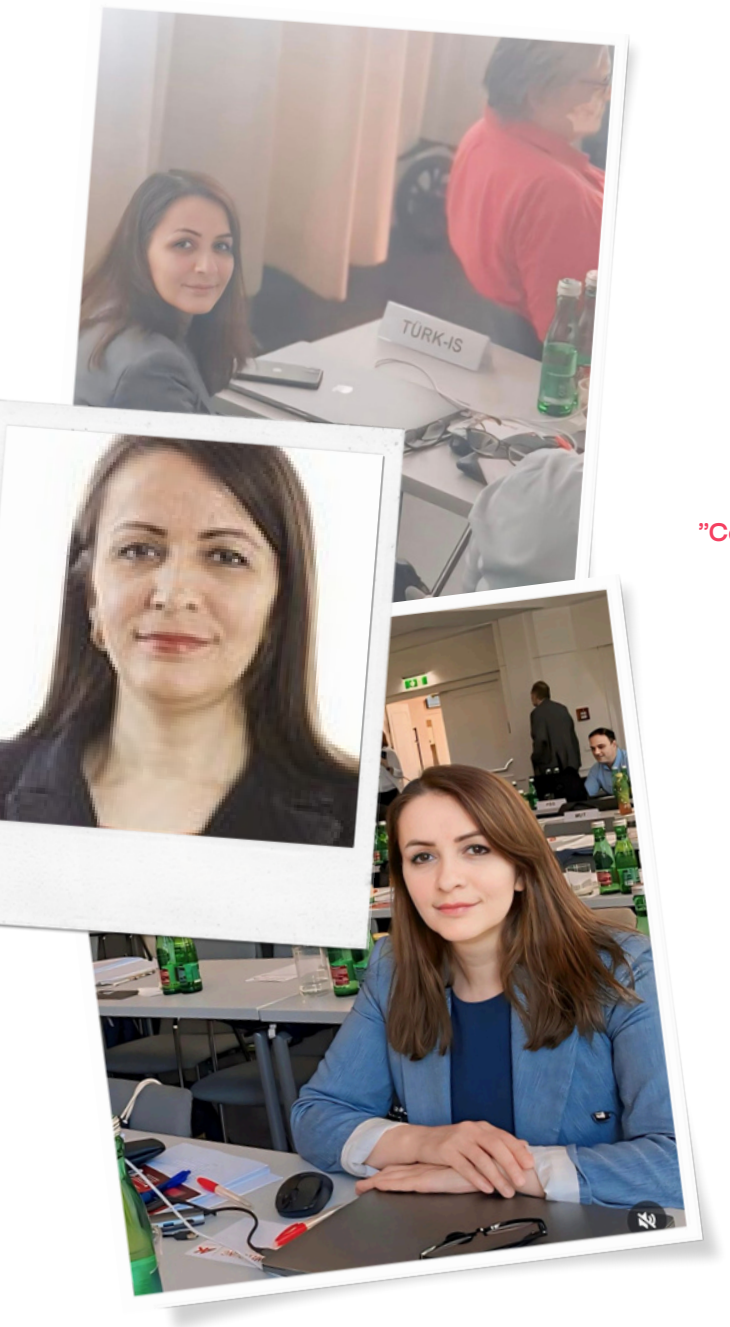
Resultados y conclusiones

Al reflexionar sobre su trayectoria, Meysara aconseja a las personas jóvenes profesionales, especialmente a las mujeres, que confíen en sí mismas y superen los obstáculos internos dando el primer paso, incluso si no todo está perfectamente planificado. Subraya la importancia de recibir con agrado los acontecimientos inesperados, ya que pueden abrir nuevas oportunidades y caminos. Al aceptar las incertidumbres y actuar, se puede ir descubriendo el camino y alcanzar las metas. La experiencia de Meysara ilustra cómo la determinación, la planificación estratégica y la apertura a nuevas experiencias pueden conducir al éxito tanto en proyectos personales como profesionales.



Breaking
the Ceiling

MELEK SAGLAM



Introducción a la entrevista

Melek Saglam, fundadora del grupo de campaña electoral Türk-İş de la Cámara de Trabajo de Austria, comparte su experiencia y los desafíos que ha enfrentado como hablante no nativa en diversas empresas. A lo largo de los últimos 15 años, Melek ha realizado contribuciones significativas mediante su defensa y compromiso con la comunidad. Su trayectoria resalta las complejidades de desenvolverse en un entorno profesional donde el idioma y la identidad cultural juegan roles fundamentales.

El trabajo de Melek se enfoca en establecer conexiones entre los empleados y las empresas en relación con el uso de las lenguas maternas en el entorno laboral. Ha asumido el rol de consejera de la cámara, visitando de manera activa las empresas y participando en discusiones sobre el valor de las lenguas maternas de los empleados. Esta introducción establece el contexto para comprender los desafíos que enfrentó y su dedicación al fomento de la inclusión y el respeto por la diversidad cultural en el ámbito laboral.

"Considero que deberías sentirte orgullosa de quién eres."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

El principal obstáculo que Melek enfrentó fue la barrera del idioma en su trayectoria profesional. Aunque su capacidad para hablar otro idioma fue percibida inicialmente como una ventaja, posteriormente se transformó en un desafío cuando los empleadores no valoraron su lengua materna de la misma forma que otros idiomas. Para abordar esta situación, Melek se comprometió a comprender y fomentar el uso de idiomas nativos en las empresas, garantizando que los empleados pudieran comunicarse de manera efectiva con su clientela.

La estrategia de Melek consistió en interactuar de manera activa con empresas y empleados para discutir la relevancia de las lenguas maternas en el entorno laboral. Buscó establecer una red de apoyo compuesta por individuos que compartieran sus perspectivas, garantizando así que no estuviera sola en su defensa. Al cuestionar de forma constante el status quo, Melek ha trabajado para superar los obstáculos lingüísticos que enfrentó y fomentar un ambiente laboral más inclusivo.

Resultados y conclusiones

Los esfuerzos de Melek han consolidado su confianza en sí misma y fortalecido su orgullo por su herencia cultural. Al reconocer el valor de su lengua materna y sus raíces, ha logrado transformar lo que antes era un desafío en una fuente de fortaleza. Esto no solo la ha empoderado a nivel personal, sino que también la ha establecido como una firme defensora de la diversidad cultural en el entorno laboral.

Su perseverancia y determinación han sido esenciales para su éxito. La habilidad de Melek para llevar a cabo investigaciones exhaustivas, cuestionar la autoridad y encontrar soluciones alternativas ante los obstáculos ha sido crucial para sus logros. Su labor continúa inspirando a otros a abrazar sus identidades culturales y a defender sus derechos en el ámbito laboral.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

VASYLYNA HYRIAK

Introducción a la entrevista

Vasylyna Hyriak, reconocida por su experiencia creativa en la agencia de marketing digital Whitecat Media, comparte su trayectoria y vivencias profesionales. Se trasladó a Austria a los 21 años para estudiar marketing digital y enfrentó numerosos desafíos en su búsqueda de empleo en este ámbito. Su relato resalta la resiliencia y la determinación requeridas para superar los obstáculos iniciales en su carrera. Al forjar su propio camino dentro de la agencia, Vasylyna ejemplifica cómo la perseverancia y la creatividad pueden conducir a la realización y al éxito profesional.

El papel de Vasylyna en Whitecat Media se centra en aprovechar su visión creativa y sus habilidades en marketing. Su transición de solicitante de empleo a figura clave en la agencia resalta su capacidad para adaptarse y prosperar en un sector competitivo.



”Sueña en grande, confía en que tus sueños se materializarán y mantén siempre en tu mente la visión de que todo es posible, tanto para los demás como para ti.“

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Vasylyna se enfrentó a un considerable desafío al mudarse al extranjero y tuvo dificultades para obtener un puesto en marketing digital. A pesar de los numerosos rechazos y la frustración inicial, optó por redirigir sus esfuerzos hacia el trabajo autónomo. Esta decisión la condujo a enfocarse en el desarrollo de sus propios proyectos en Whitecat Media. Al adoptar esta nueva dirección, logró superar las barreras que la habían limitado en un principio.

Su estrategia consistió en emplear sus contratiempos como impulso para construir una carrera exitosa en el marketing. En lugar de rendirse, adoptó medidas proactivas para consolidarse en la industria. Este enfoque no solo enfrentó sus desafíos inmediatos, sino que también le ofreció la oportunidad de moldear su futuro profesional de acuerdo con su propia visión y fortalezas.

Resultados y conclusiones

La decisión de Vasylyna de emprender su propio camino y unirse a Whitecat Media le ha brindado la oportunidad de forjar una carrera profesional satisfactoria. Su capacidad de adaptación y su perseverancia, a pesar de los rechazos, le han permitido aportar de manera significativa al éxito de la agencia. Al enfocarse en su visión creativa y aprovechar sus habilidades en marketing, ha dejado una huella notable en su sector.

Los resultados de su enfoque abarcan la satisfacción personal y el crecimiento profesional dentro de la agencia. El énfasis de Vasylyna en la empatía y la perseverancia no solo le ha permitido establecer relaciones sólidas con clientes, sino que también ha promovido un entorno de trabajo colaborativo y de apoyo. Su experiencia es un testimonio de la relevancia de la resiliencia, la autoconfianza y el esfuerzo constante para alcanzar el éxito profesional.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

MASHIAH SHEIKH



Introducción a la entrevista

En la entrevista, Mashiah Sheikh, gerente de sostenibilidad en una empresa farmacéutica, comparte sus conocimientos sobre su trayectoria profesional y los desafíos que enfrenta en su función. Como profesional centrada principalmente en la comunicación, las personas y la cultura, el trabajo de Mashiah se enfoca en la sostenibilidad social. Su rol implica abordar tanto aspectos internos como externos de la sostenibilidad, incluyendo el bienestar de las personas empleadas y la participación comunitaria. Este puesto multifacético requiere una combinación de habilidades para navegar por el cambiante panorama de la sostenibilidad, que ella considera desafiante y gratificante.

La trayectoria de Mashiah en el ámbito de la sostenibilidad se distingue por su enfoque en la sostenibilidad social, subrayando la relevancia de alinear las prácticas empresariales con las necesidades sociales más amplias. Su experiencia refleja un compromiso con asegurar que las iniciativas de la empresa no solo cumplan con las normativas, sino que también impulsen cambios significativos. La conversación pone de manifiesto su dedicación a generar conciencia y promover una cultura de empatía tanto dentro de la organización como en la comunidad a la que sirve.

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Uno de los principales obstáculos que enfrentó Mashiah fue el desafío de definir su trayectoria en el ámbito de la sostenibilidad, que evoluciona rápidamente. Dado que las prácticas y prioridades de sostenibilidad cambian constantemente, le resultó complicado determinar si debía centrarse en el cumplimiento o en la promoción. Esta ambigüedad, sumada al acelerado ritmo de cambio, dificultó la definición de un rol claro. Mashiah superó este desafío reflexionando sobre sus intereses y alineándolos con su función profesional. Descubrió que su pasión residía en la sostenibilidad social y la comunicación, lo que la llevó a enfocarse en estas áreas para contribuir de manera efectiva a los objetivos de sostenibilidad de la empresa.

La estrategia de Mashiah para superar estos obstáculos consistió en un proceso de autodescubrimiento y adaptación. Al enfocarse en sus fortalezas e intereses en la comunicación y la creación de conciencia, logró identificar un nicho que no solo se ajustaba a ella, sino que también aportaba valor a su organización. Esta estrategia le permitió navegar las complejidades de su función y mantenerse relevante en un campo en constante evolución.

Resultados y conclusiones

Gracias a su enfoque estratégico y su capacidad de adaptación, Mashiah ha logrado desenvolverse con eficacia en las complejidades del ámbito de la sostenibilidad. Al definir claramente su trayectoria profesional y actualizar continuamente sus conocimientos, ha mantenido su relevancia y efectividad en su función. Su labor en el ámbito de la sostenibilidad social, especialmente en lo que respecta a la comunicación y la cultura dentro de la empresa, ha contribuido sin duda a los objetivos de sostenibilidad más amplios de la organización. Gracias a sus esfuerzos, ha conseguido establecerse y generar un impacto significativo en su área de especialización.

Breaking the Ceiling

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS ISLANDIA

STEP BY STEP

Sfs
Adult
Education
Iceland

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

Co-funded by
the European Union

SANDRA BJÖRK JÓHANNSDÓTTIR

Introducción a la entrevista

Conozca a Sandra Björk Jóhannsdóttir, una mujer de 52 años de Reikiavik, Islandia, cuya historia de vida es tan convincente como inspiradora. Sandra, que combina sus funciones como abogada en Lagaréttur / Lögmannsstofa y Dattaca Labs, así como especialista financiera para un sindicato, ha recorrido un camino de resiliencia y reinvención. Su trayectoria comenzó en Háskólinn á Bifröst, donde estableció las bases académicas de su variada carrera. Sin embargo, más allá de sus títulos profesionales, Sandra es madre, hija y una mujer que ha enfrentado los altibajos de la vida con una fortaleza notable. Su intuición, a la que se refiere con cariño como su brújula interior, la ha guiado a través de las incertidumbres de la vida, especialmente en los momentos más difíciles.



"Creo en el poder de la comunicación abierta y en el valor de las verdaderos amistades que te acompañan sin importar las circunstancias. La empatía y la escucha activa son esenciales para fomentar la confianza y la comprensión, así como para mantener la flexibilidad y la orientación hacia soluciones con una mentalidad abierta."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

La vida ha puesto a prueba a Sandra de maneras que nunca imaginó. A los 34 años, se encontraba en una encrucijada cuando una traición sacudió los cimientos de su vida personal y financiera. Obligada a vender su apartamento y comenzar de nuevo, Sandra tomó la valiente decisión de mudarse al campo y retomar sus estudios. No se trataba únicamente de obtener un título, sino de reconstruir su vida desde cero. Durante esos años, Sandra halló consuelo en sus estudios y fortaleza en el apoyo de sus amigos cercanos. Se dio cuenta de que la empatía y la escucha activa no eran solo habilidades profesionales, sino también salvavidas. A través de estas experiencias, aprendió a ser flexible y a enfrentar cada desafío con una mente abierta y una actitud orientada a las soluciones. Su hijo, que entonces tenía solo seis años, se convirtió en su mayor motivación, recordándole a diario por qué debía seguir adelante.

"Acepta el cambio, confía en ti misma y actúa siempre con empatía. Estos son los principios que me han orientado a lo largo de mi carrera y me han permitido superar los desafíos que he enfrentado".

Resultados y conclusiones

Hoy, Sandra es un testimonio viviente del poder de la resiliencia. No es únicamente una abogada o una especialista financiera; es una sobreviviente que ha transformado su dolor en un propósito. Su historia actúa como un faro para otras mujeres, demostrando que es posible superar los desafíos de la vida, sin importar cuán abrumadores sean. El consejo de Sandra es sencillo pero profundo: persigue tus sueños, divídelos en pasos manejables y, lo más importante, confía en ti misma. De cara al futuro, Sandra se siente entusiasmada y ansiosa por continuar su crecimiento personal y profesional. Reconoce que el viaje no ha concluido y está preparada para lo que venga a continuación.

Breaking the Ceiling

Bryndís Óskarsdóttir



Introducción a la entrevista

Disa Óskarsdóttir es una creadora polifacética reconocida por integrar sus habilidades como diseñadora gráfica, técnica de alimentos y coach con su singular papel como "creadora de ideas". Su pasión se centra en descubrir la belleza y el potencial en elementos que suelen ser pasados por alto o desechados, una filosofía que ha incorporado en su curso en línea, "De la basura a los tesoros". Este curso capacita a las personas para aprovechar su creatividad y transformar objetos cotidianos en algo hermoso y significativo. La trayectoria creativa de Disa abarca más de 20 años, y su labor se fundamenta en la expresión artística y la resolución práctica de problemas.

Además de sus actividades creativas, a Disa también le apasiona empoderar a los demás. Enseña a las personas a liberar su potencial creativo mediante el pensamiento innovador y la aceptación de su intuición. Su labor trasciende el arte: se centra en inspirar a las personas a asumir el control de sus vidas y a percibir los desafíos como oportunidades de crecimiento.

"Cada dificultad representa una oportunidad para aprender, crecer y, en última instancia, generar algo aún mejor".

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Como muchas personas empresarias, Disa ha enfrentado obstáculos significativos, tanto en su vida personal como profesional. Uno de los desafíos más arduos que enfrentó fue cuando su empresa de turismo estuvo al borde de la quiebra debido a rumores infundados que se propagaron a través de los medios de comunicación. Sin la capacidad de contrarrestar la prensa negativa, Disa vivió la impotencia que experimentan muchas personas propietarias de pequeñas empresas al lidiar con fuerzas externas que escapan a su control. Para agravar la situación, tras una década de desarrollo comprometido, su proyecto hotelero se detuvo de manera abrupta cuando el municipio rescindió su contrato con su empresa. Estos desafíos sucesivos resultaron devastadores, obligando a Disa a reevaluar su trayectoria y encontrar una forma de avanzar.

A pesar de estos contratiempos, Disa se apoyó en su creatividad y en su habilidad para resolver problemas. En lugar de detenerse ante los obstáculos, los percibió como indicios para explorar nuevas oportunidades. Su capacidad de adaptarse y aceptar el cambio le permitió buscar nuevos caminos y mantener una actitud positiva incluso cuando el sueño que había edificado se desmoronó.

Resultados y conclusiones

Gracias a estas experiencias, Disa cultivó una mentalidad resiliente que le ha permitido prosperar tanto en el ámbito personal como en el profesional. Profundamente convencida de tres principios fundamentales: la escucha activa, la autoconfianza y la flexibilidad. Estas cualidades le han facilitado la superación de desafíos, transformándolos en escalones hacia un éxito aún mayor. Su labor actual, especialmente a través de "From Trash to Treasures", refleja su convicción de que siempre existe un camino a seguir, ya sea mediante la expresión creativa o simplemente al adoptar una nueva perspectiva sobre los retos de la vida.

Disa ahora emplea sus experiencias para inspirar a otros, motivándolos a enfrentar sus problemas con una mentalidad abierta y a confiar en sus propias capacidades.

Breaking the Ceiling

Hrönn Hjálmarsdóttir

Introducción a la entrevista

Hrönn Hjálmarsdóttir es una analista de negocios, coach de salud y formadora de estilo de vida de 53 años, apasionada por empoderar a otros a través de la salud y el bienestar. Originaria de Islandia, Hrönn es también una esposa y madre dedicada de dos adolescentes. Tras desempeñarse en un puesto empresarial exigente en Islandia, la vida de Hrönn experimentó un cambio significativo cuando ella y su familia se trasladaron al sur de Alemania. Esta reubicación supuso una transformación drástica, tanto a nivel profesional como personal, ya que Hrönn pasó de una carrera acelerada a convertirse en ama de casa en un nuevo país con una estructura social muy diferente. Gracias a su determinación, logró construir una nueva carrera como coach de salud, enfocándose en la nutrición y el bienestar, mientras enfrentaba los desafíos de un entorno extranjero.

"Nunca abandones tus sueños, por más arduo que parezca el camino. Mantén una mente abierta, sé resiliente y confía en ti misma: siempre existe un camino a seguir si crees en las posibilidades".

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Uno de los mayores desafíos que enfrentó Hrönn fue el cambio abrupto de su identidad y su rol al mudarse a Alemania. De ser una exitosa profesional de negocios a convertirse en ama de casa en un país desconocido, luchó por encontrar un propósito y una dirección en su nueva vida. El aislamiento, junto con la carencia de comunidad y las diferencias culturales, le dificultaron prosperar.

A pesar de estos desafíos, Hrönn se apoyó en su interés de siempre por la nutrición y la salud como medio para encontrar satisfacción y crecimiento personal. Inició estudios en ciencias de la nutrición y se convirtió en coach de salud a través de programas de aprendizaje a distancia, todo ello mientras enfrentaba las exigencias de ser madre en un país extranjero. La barrera del idioma representaba un reto significativo, pero la resiliencia y determinación de Hrönn le permitieron superarla. Finalmente, comenzó a edificar su propio negocio compartiendo recetas y consejos de salud en las redes sociales. Este espíritu emprendedor le proporcionó una renovada sensación de control y propósito en su vida.

Resultados y conclusiones

En la actualidad, Hrönn se ha establecido como una coach de salud y formadora de estilo de vida exitosa, que orienta a otros en su camino hacia el bienestar. Sus experiencias han moldeado su enfoque del coaching, enfatizando la relevancia de la autoconfianza, la resiliencia y la apertura mental ante las oportunidades de la vida. Tras regresar a Islandia, Hrönn enfrentó el reto de iniciar su negocio desde cero, sin una red de contactos sólida. No obstante, su perseverancia y su convicción en su visión le permitieron reconstruir su carrera y obtener un puesto en el sector sanitario.

La historia de Hrönn es un relato de perseverancia y adaptabilidad. Ella inspira a otras personas a nunca renunciar a sus sueños, a mantenerse receptivos a nuevas oportunidades y a enfrentar la vida con confianza y resiliencia. Su trayectoria es un testimonio del poder del crecimiento personal, independientemente de los desafíos que uno pueda encontrar.



Co-funded by
the European Union

Guðný Þorsteinsdóttir



Breaking the Ceiling

Introducción a la entrevista

Guðný Þosteinsdóttir es madre, abuela y una profesional con amplia experiencia en ventas y marketing. Con más de 25 años en el sector, Guðný realizó un significativo cambio profesional hace cuatro años al obtener su licencia como agente inmobiliaria. Sin embargo, su trayectoria vital ha estado definida por mucho más que transformaciones laborales. A los 43 años, Guðný enviudó y perdió a su esposo tras una lucha de 18 meses contra el cáncer. Esta experiencia devastadora dejó una huella profunda en su vida, obligándola a reconstruirse a sí misma y a su familia mientras enfrentaba un inmenso dolor.

"Incluso tras los desafíos más arduos de la vida, puedes reconstruirte y florecer. Confía en ti misma, mantente receptiva a nuevos comienzos y nunca renuncies a tus sueños."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

El mayor desafío que enfrentó Guðný fue la devastadora pérdida de su esposo a causa del cáncer. Como joven viuda con hijos, Guðný tuvo que afrontar no solo su profundo dolor, sino también las dificultades de navegar por un sistema de atención médica que, según ella, había fallado a su familia. Mudarse a Suecia para que su esposo recibiera tratamiento fue un intento de salvarlo, pero a pesar de sus esperanzas, el tratamiento no tuvo éxito, lo que llevó a Guðný a reconstruir su vida en un país extranjero.

Tras esta tragedia, Guðný se sintió atrapada en una sensación de aislamiento e inseguridad. Al principio, optó por aceptar un trabajo tranquilo, lo que le permitió recuperar la confianza en sí misma. Sin embargo, uno de los desafíos más personales que enfrentó no fue solo emocional, sino también físico: Guðný tuvo dificultades con su peso y el impacto que esto tenía en la percepción que los demás tenían de ella. Después de perder 25 kg, notó una notable diferencia en la manera en que las personas la trataban. Comparte con franqueza que "la gente comenzó a escuchar más a 'Guðný la delgada' que a 'Guðný la gorda'". Esta revelación la impactó profundamente y puso de manifiesto los prejuicios sociales que suelen afectar a las mujeres, especialmente en los ámbitos dominados por hombres.

A pesar de estos obstáculos, Guðný halló la fortaleza para reinventarse. Impulsada por su pareja, optó por seguir una carrera en el sector inmobiliario, a pesar de las inquietudes sobre la inestabilidad financiera y de ingresar en una profesión donde las mujeres, especialmente las de mediana edad, suelen ser desestimadas. La transformación personal de Guðný, tanto en lo que respecta a su apariencia física como a su renovada confianza, desempeñó un papel crucial en su enfoque hacia este nuevo capítulo de su vida.

Resultados y conclusiones

Hoy, Guðný es una destacada agente inmobiliaria y un formidable ejemplo de resiliencia. Su trayectoria refleja no solo la superación de una pérdida personal, sino también la aceptación del cambio, tanto en su interior como en la percepción que los demás tenían de ella tras perder 25 kg. Esta transformación subrayó la relevancia de la autoconfianza para obtener respeto y atención.

Guðný utiliza ahora sus experiencias para inspirar a otros, enfatizando la escucha activa, la empatía y la comprensión. Su historia ilustra que, incluso tras los desafíos más arduos de la vida, es posible reconstruirse, recuperar la confianza y prosperar.

Breaking
the Ceiling

BUENAS PRÁCTICAS SPAIN

INDEPCIE

INDEPCIE

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146

INMACULADA CARMONA

Introducción a la entrevista

Inmaculada Carmona es una profesional con extensa experiencia en el ámbito educativo y CEO de la organización PODERÍO en España. Licenciada en Filología Inglesa y poseedora de un Certificado en Actitud Pedagógica. Inmaculada presenta una destacada trayectoria de más de veinte años como docente de idiomas. Su experiencia abarca tanto la educación formal como la no formal, atendiendo a estudiantes de todas las edades, desde niños de primaria hasta personas adultas.

Además de su extensa experiencia docente, Inmaculada posee un profundo conocimiento de la inteligencia emocional y ha formado con éxito a personas adultas en habilidades laborales. Como directora ejecutiva de PODERÍO, una organización de formación multidisciplinar, Inmaculada dirige un equipo de ocho personas expertas en diversas áreas, que abarcan la enseñanza de idiomas, el coaching, la inteligencia emocional, la pedagogía y las relaciones internacionales.



"Mi recomendación a las mujeres es que nunca renuncien a sus objetivos, a pesar de las adversidades."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

A lo largo de su extensa trayectoria profesional de más de veinte años como líder y colaboradora, Inmaculada ha enfrentado el desafío del sesgo de género. Le ha resultado más complicado ser valorada y respetada únicamente por su condición de mujer. Ha notado que frecuentemente se le imponen estándares más elevados y se la trata de manera menos favorable que a sus colegas masculinos. Inmaculada menciona que incluso en la actualidad, algunos hombres y mujeres ponen en duda su capacidad de liderazgo debido a su género.

No obstante, ella sigue esforzándose por superar estos desafíos, exhibiendo sus habilidades diariamente y demostrando que puede desempeñarse con la misma eficacia que cualquier hombre en su puesto.

Resultados y conclusiones

En los últimos años, Inmaculada ha experimentado significativos cambios tanto en su vida profesional como personal, enfrentando el desafío de equilibrar sus responsabilidades familiares tras convertirse en madre de dos hijas con sus compromisos laborales. Aunque siempre ha estado dedicada a la docencia, ha sido testigo de notables transformaciones en el panorama educativo, especialmente con el auge de la enseñanza en línea a raíz de la pandemia de COVID-19 y las nuevas preferencias de aprendizaje de las generaciones actuales. Como resultado, ha tenido que adaptarse de manera continua a estas transformaciones para abordar eficazmente los desafíos emergentes.

Breaking the Ceiling

AGATHE BELLAMY



Introducción a la entrevista

Agathe Bellamy es la directora ejecutiva y fundadora de Shore2Shore, una agencia en línea española con sede en las Islas Canarias, especializada en la organización de excursiones en tierra para pasajeros de cruceros. Bajo el liderazgo de Agathe, la empresa ha experimentado un crecimiento significativo, gestionando un equipo comprometido de quince personas, además de establecer asociaciones en diversos países.

Shore2Shore inició su trayectoria con una base singular: un equipo conformado exclusivamente por mujeres. Este grupo inicial estableció los cimientos para el sólido énfasis de la empresa en la colaboración, la inclusión y la excelencia, valores fundamentales en la actualidad. En esta entrevista, exploraremos las perspectivas de Agathe sobre la industria de las excursiones en crucero, los desafíos y logros que ha enfrentado, así como su visión para el futuro.

"Cree en ti misma; solo tú puedes alcanzar tus objetivos. No permitas que nadie te limite; si no lo intentas, nunca lo conseguirás."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Uno de los principales desafíos que ha enfrentado Agathe como ejecutiva de alto nivel es el sesgo de género y los comentarios sexistas derivados de su condición de mujer. Además, la pandemia de COVID-19 representó un punto de inflexión significativo para la empresa, ya que el sector turístico sufrió una interrupción de dos años, lo que la obligó a reiniciar sus operaciones.

Para afrontar estos desafíos, Agathe siempre ha confiado en sus habilidades, su resiliencia y su visión empresarial. Esta confianza inquebrantable ha sido fundamental para sortear y superar las dificultades que ha enfrentado a lo largo de los últimos quince años de su carrera profesional.

Resultados y conclusiones

Tras la reapertura post pandemia, Agathe tuvo que potenciar significativamente sus habilidades de flexibilidad para adaptarse a la nueva realidad. Regresaron con mayor fuerza, ideas renovadas y el espíritu emprendedor que la distingue, lo que le ha permitido continuar su crecimiento profesional. Por ejemplo, en el primer año tras la reapertura atendieron a 30.000 clientes; en este último año, 2024, atendieron a aproximadamente 200.000 a 250.000 clientes anuales.

Breaking
the Ceiling

BLANCA CARO



Introducción a la entrevista

Blanca Caro es una joven profesional con varios años de experiencia. Anteriormente, se desempeñó como gerente en el departamento masculino de una reconocida empresa textil en Inglaterra y actualmente ocupa el cargo de editora de encargos en una editorial académica.

En esta entrevista, examinamos cómo, para las mujeres profesionales, frecuentemente se presenta una doble desventaja, ser jóvenes y mujeres, lo que desemboca en situaciones en las que reciben un trato menos favorable debido a su juventud.

"Reflexiona diariamente sobre tus acciones y utiliza un cuaderno para registrar tus fortalezas y debilidades."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

El principal desafío profesional de Blanca ha sido liderar un equipo diverso en su juventud, que incluía a personas de todas las edades con más experiencia en la empresa. A estas personas del equipo les costaba aceptar a una líder más joven y, con frecuencia, manifestaban actitudes negativas. Al principio, a Blanca le resultó complicado que la tomaran en serio debido a su edad.

Tuvo que enfrentar diversos desafíos y trabajar con dedicación para perfeccionar sus habilidades de liderazgo. Gracias a un esfuerzo constante, poco a poco se ganó el respeto de su equipo y de otras personas líderes. Blanca aprendió y mejoró su enfoque, convirtiéndose finalmente en una líder más efectiva.

Resultados y conclusiones

Desde su perspectiva como gerente, a menudo se experimenta una sensación de soledad. Por ello, subraya la importancia de reconocer tanto las emociones propias como las de cada persona del equipo y gestionarlas para alcanzar los resultados deseados. Equilibrar el cumplimiento de los objetivos materiales y asegurar que el equipo mantenga una buena relación y trabaje con satisfacción es un desafío que demanda práctica y dedicación.

Blanca considera que la inteligencia emocional ha sido fundamental para preservar relaciones óptimas dentro del equipo, favoreciendo un entorno laboral más positivo y productivo.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

GENOVEVA CÁCERES

Introducción a la entrevista

Conoce a Genoveva, una joven y experimentada profesional cuya trayectoria ha sido sobresaliente. Inició su carrera en el sector turístico, desempeñándose como agente de viajes en una agencia minorista. Su carrera progresó rápidamente al unirse a una empresa de gestión de destinos especializada en el mercado británico, donde asumió roles como agente de producto y contratista hotelero en una de las principales compañías de España.

La trayectoria de Genoveva dio un giro fascinante al asumir el cargo de gerente de soporte y control de calidad para agencias en una empresa de desarrollo y tecnología de aerolíneas, donde descubrió un mundo nuevo y emocionante. Genoveva abrazó este concepto con entusiasmo, lo que la llevó a reinventarse. Reflexionó sobre sus habilidades y actitudes, aprovechó su conocimiento y realizó diversos cursos, todos con una perspectiva positiva. Con una amplia experiencia en el sector turístico, experiencia en empaquetado y actualmente desempeñándose como representante comercial en el lugar de trabajo más sorprendente que ha conocido hasta la fecha.



"Aprende a escucharte y a confiar en ti misma, ya que es sencillo dudar de tus capacidades."

Obstáculos identificados y estrategias aplicadas

Genoveva ha enfrentado diversos obstáculos en su trayectoria profesional, entre los cuales se encuentra el cuestionamiento de su profesionalidad debido a su género, el incumplimiento de las directrices de sus superiores masculinos que la colocan en una desventaja de género, y la limitación a roles que se consideran más "apropiados" para su género.

Sus estrategias para afrontar estos desafíos han evolucionado. Cuando se halló en un entorno que no coincidía con sus valores, se vio obligada a cambiar de empresa. En otras ocasiones, al identificar oportunidades para el diálogo y la transformación, comunicó sus ideas y preocupaciones de manera asertiva a las personas responsables. Esta combinación de firmeza inquebrantable en sus valores y comunicación proactiva y asertiva ha sido fundamental para sortear y superar estos obstáculos.

Resultados y conclusiones

Esta combinación de firme adhesión a sus valores y comunicación proactiva ha sido fundamental para su éxito. Hoy, Genoveva es una profesional experimentada con una amplia trayectoria en el sector turístico, y su carrera refleja su resiliencia y compromiso con el desarrollo personal y profesional.

Breaking the Ceiling

Co-funded by
the European Union

Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados en este documento son únicamente de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea en el Ámbito Educativo y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA asumen responsabilidad alguna por estas.

Breaking
the Ceiling

¡GRACIAS!

Project n. 2022-1-DE02-KA220-VET-000085146