

COACHING LABORAL_ IT ACADEMY



Mòdul 1: Perspectiva de gènere en el sector IT



Què aconseguirem

Prendre consciència de com funciona la desigualtat de gènere en entorns tecnològics i entendre quin paper juga cadascú (especialment els homes) en la construcció d'equips més inclusius i eficients.

Sensibilitzar sobre els biaixos de gènere en el sector IT i desenvolupar comportaments professionals que afavoreixin entorns de treball més equitatius i diversos.

Context del sector tecnològic i gènere

Creences i estereotips en entorns masculinitzats

Biaixos inconscients en el dia a dia professional

El rol dels homes en equips diversos

Comunicació inclusiva en entorns professionals

Valor de la diversitat en equips tecnològics

Bones pràctiques en entorns IT

Mòdul 2:

Síndrome de l'impostor i confiança professional



Què aconseguirem

Reconèixer quan el dubte que sentim no té a veure amb la nostra capacitat real, sinó amb patrons mentals, i adquirir eines per gestionar-lo amb més criteri i seguretat.

Identificar i comprendre el síndrome de l'impostor per reduir el seu impacte en el desenvolupament professional i reforçar la confiança en un mateix.

Què és el síndrome de l'impostor

Com es manifesta en el dia a dia

Factors que el generen i l'alimenten

Impacte en el desenvolupament professional

Estratègies per gestionar-lo

Reforç de la confiança professional



Mòdul 3:

Comunicació: Fortaleses, Valor afegit i Elevator Pitch

Què aconseguirem

Identificaràs el teu valor professional i les teves fortaleses, entendràs què et fa diferencial en el context actual (inclosa la IA) i aprendràs a comunicar-ho amb claredat i impacte a través d'un elevator pitch efectiu i una comunicació professional orientada a processos de selecció i networking.

Identificar el propi valor professional i definir un objectiu clar i realista, alineat amb el mercat laboral i amb una mentalitat orientada al creixement.

Identificar fortaleses personals i competències transferibles al món tecnològic.

Detectar quin és el propi valor afegit, especialment en un context marcat per la irrupció de la IA.

Construir i practicar un elevator pitch clar, autèntic i atractiu per a processos de selecció.

Millorar les habilitats de comunicació professional i networking.

barcelonactiva.cat