

# COACHING MUJERES LIDERA

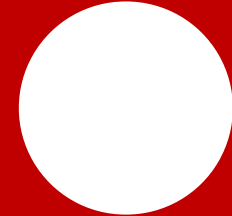
## IMPULSA TU CARRERA

Coaching para la promoción profesional - Barcelona Activa

Un itinerario exclusivo para mujeres que quieren romper el techo de cristal, superar el síndrome de la impostora y **acceder a puestos de decisión**.

4 sesiones presenciales | 8 horas de formación | Grupo reducido.





# OBJETIVO PRINCIPAL:

Un espacio diseñado  
exclusivamente para mujeres  
que tienen como objetivo  
promocionar  
profesionalmente y acceder a  
categorías superiores.

## ¿Qué conseguirás?

- Partiremos de tu situación actual: ¿Dónde estás ahora y hacia dónde quieres ir?
- Diseñarás tu propia Hoja de Ruta (Objetivos SMART) para liderar tu ascenso, superando barreras internas y externas.





# ¿A quién va dirigido?

## PERFIL DE LA PARTICIPANTE:

- Mujeres en activo, en mejora profesional o en búsqueda de trabajo, que quieren una mejora o ascenso laboral.
- Mujeres que quieren promocional profesionalmente.
- Profesionales que sienten que su carrera se ha estancado.
- Mujeres que quieren acceder a cargos de mayor responsabilidad.

## ESTE CURSO ES PARA TI SI:

- Sientes que trabajas mucho pero tu trabajo no se visibiliza.
- Te cuesta poner precio o valor a lo que haces.
- Quieres ampliar tu red de contactos con otras mujeres profesionales.



# Itinerario Formativo

(Contenidos)

- **SESIÓN 1: Liderazgo y Negociación**

Cómo negociar con asertividad. Herramienta: *Creación de tu Mapa de Poder.*

- **SESIÓN 2: Marca Personal**

Gestión del síndrome de la impostora. Herramienta: *Tu Elevator Pitch de 1 minuto.*

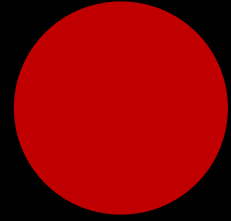
- **SESIÓN 3: Posicionamiento Estratégico**

Oportunidades en sectores masculinizados. Herramienta: *Traducción de fortalezas y Mapa de Contactos.*

- **SESIÓN 4: Plan de Acción y Bienestar**

Organizarse para crecer sin culpa. Herramienta: *Rueda de la vida y definición de compromisos finales.*

---



## Metodología

# ¿CÓMO TRABAJAREMOS?

- **Coaching Grupal:** Aprendizaje colaborativo en un espacio de confianza y confidencialidad.
- **Enfoque Práctico:** Dinámicas de role-playing, mapas de poder y análisis de casos reales.
- **Perspectiva de Género:** Comprender cómo los sesgos estructurales nos afectan para poder superarlos.

**¿ESTÁS LISTA PARA  
LIDERAR TU  
FUTURO?**

**Barcelona Activa – Coaching Mujeres LIDERA**

