
Veščine coachinga za profesionalni razvoj
VEŠČINE COACHINGA ZA NOTRANJE COACHE

Coaching Skills for Professional Development
COACHING SKILLS FOR INTERNAL COACHES



"Človek je tisto, kar načrtuje da bo". (Jean-Paul Sartre)

Pozdravljeni in dobrodošli!

V Glotta Novi smo bili prvi, ki smo se začeli ukvarjati s coachingom kot večšino in kompetenco posameznih delovnih mest (menedžerji, podjetniki, direktorji, vodje, mentorji, zdravniki, izobraževalci,...) in pa z izobraževanjem in usposabljanjem poklicnih coachev.

S coachingom in z izobraževanjem zaposlenih za uporabo coachinga na delovnem mestu se v Glotta Novi ukvarjamo več kot desetletje, z načrtnim usposabljanjem coachev pa od leta 2000 dalje.

Organizacije, ki se zavedajo pomena razvoja zaposlenih, ne le strokovnega, temveč tudi osebnostnega, se predvsem v zadnjem obdobju vse bolj poslužujejo tudi coaching pristopa. Rezultati usposabljanj za pridobivanje veščin coachinga se odražajo v kakovostnem medosebnem komuniciranju zaposlenih, sposobnosti sprejemanja odločitev, ustreznemu odzivanju na nepredvidljive in zahtevne situacije in večji prožnosti, če naštejemo le nekatere.

Vpeljevanje coaching pristopa poteka na večih ravneh; od vključevanja zunanjih coachev v poslovne procese organizacije kot podpora vodilnim in vodstvenim delavcem, do usposabljanj vodij za pridobivanje veščin coachinga pri vodenju in usposabljanj zaposlenih za pridobivanje veščin kolegialnega coachinga, prodajnega coachinga, coachinga za svetovalce, izobraževalnega coachinga in drugih usposabljanj, namenjenih posebnim ciljnim skupinam zaposlenih. Skupni namen teh usposabljanj je prispevati k uspešni skupni rasti delovnega tima, celotne organizacije in posameznikov v njem.

Vedno več organizacij pa zaposluje in usposablja tudi notranje (interne) coache z namenom, da kar najbolje podprejo razvoj potencialov svojih sodelavcev in spodbujajo tudi spontano in stalno učenje med sodelavci.

Prednost notranjih (internih) coachev je v tem, da so vedno "na razpolago" in se tako lahko odzovejo na nepredvidljive situacije, ki se porajajo v podjetju, lahko vzpostavijo visoko stopnjo osebnega zaupanja v daljšem časovnem obdobju, dobro poznajo podjetniško kulturo organizacije, zgodovino in politiko, kar bodo lažje upoštevali pri podpori sodelavcev pri doseganju zastavljenih ciljev.

Coaching – učinkovito orodje osebnega in poklicnega razvoja

Uspešnega posameznika odlikuje celovita, vsestranska in zadovoljna osebnost, ki je poklicno uspešna, ima urejeno zasebno življenje, se polno vključuje v družabno in kulturno okolje ter skrbi za svoje zdravje in rekreacijo.

Toda naglica današnjega dne je posamezniku odvzela možnost, da bi sam uspešno obvladoval vsa področja svojega življenja. Za posamezna področja človekovega uveljavljanja, ustvarjanja, družinskega življenja, osebnostne rasti, preživljanja prostega časa, skrbi za rekreacijo in zdravje, poklicni in strokovni razvoj posameznik potrebuje dodatne informacije, motivacijo in sposobnost, da vse dejavnosti obvladuje in jih vključuje v svoje življenje in delo.

Coaching je oblika individualnega profesionalnega svetovanja in podpore posameznika pri doseganju zahtevnejših ciljev ter pri prepoznavanju in premagovanju ovir, ki jih ta posameznik ima. V procesu coachinga svetovalec/coach spodbuja razvoj potencialov, ki jih ima posameznik. Cilj coachinga je odkriti in okrepiti posameznikove zmožnosti in sposobnosti, ga motivirati in tako čim bolj usmeriti v delovanje, ki bo prineslo zelene rezultate.

Coaching kot proces torej združuje notranje vire, sposobnosti in moč posameznika (in skupin), da zmore preseči lastne omejitve in da od sebe da največ kot posameznik, kot član družine, širše skupnosti ali kot član delovne skupine, oddelka, podjetja ...

Coaching daje zelo velik poudarek nastajanju sprememb (in spremembam samim), ki so posledica oblikovanja in doseganja posebnih ciljev.

Zato so metode in tehnike coachinga usmerjene k rezultatom/ciljem in ne k reševanju težav; k spodbujanju razvoja novih strategij mišljenja in delovanja in ne k iskanju možnosti za rešitev problemov, ki so se zgodili v preteklosti.

Popravljalne spremembe so predvsem domena svetovanja (in terapije), cilj coachinga pa je usmerjen v prihodnost, v aktivno oblikovanje prihodnosti.

Usmerjen je torej v prihodnost in ne v preteklost!

Cilji izobraževalnega programa

Udeleženci znajo:

- postavljati dobra coaching vprašanja,
- razumeti, zakaj je poslušanje pomembnejše od govorjenja,
- uporabljati komunikacijske veščine za učinkovit coaching,
- bolje videti, slišati, občutiti (čutna ostrina),
- pozitivno motivirati na podlagi empatije,
- ustvarjati skupinski duh s preprostimi sredstvi,
- učinkovito komunicirati,
- gledati v prihodnost in ne v preteklost,
- dovoliti stranki/sodelavcu, da "sama" pride do rezultatov,
- obvladovati osebni odnos s stranko/s sodelavcem in prepustiti stranki/sodelavcu popolno avtonomijo in odgovornost.

Udeleženci izboljšajo:

- veščine odločanja,
- svojo vero vase in lastne veščine in sposobnosti,
- pripravljenost delati spremembe v lastni karieri,
- prepoznavanje svojih virov, lastnosti, ...
- sposobnost fokusiranja,
- sposobnost poslušanja in spraševanja,
- sposobnost motiviranja in samomotiviranja,
- lastno prožnost in sposobnost prilagajanja spremembam.

Razvoj veščin in kompetenc

- učinkovita komunikacija,
- aktivno poslušanje,
- postavljanje učinkovitih vprašanj,
- sprejemanje odločitev,
- motivacija in samomotivacija,
- poznavanje sebe in drugih,
- odgovornost do sebe in drugih,
- pripravljenost za spremembe,
- ustvarjalnost,
- upravljanje s seboj,
- znati se učiti,
- strateško mišljenje,
- doseganje ciljev,
- vodenje,
- usmerjenost k rezultatom.

Vsebina

Program kompleksno (teoretično in praktično) obravnava osnovne veščine coachinga, ki jih coach v podjetju lahko uporablja pri svojem delu.

Vsebine so okvirno naslednje:

1. MODUL – Uvod v veščine coachinga (1 dan)

Kaj je coaching

- Definicija coachinga in njegove korenine
- Viri coachinga
- Razlike med coachingom, konzultiranjem, svetovanjem, mentorstvom in treningom

Zaposleni v vlogi notranjega coacha

- Razlogi za uvajanje coachinga v podjetju
- Značilnosti izvajanja notranjega coaching procesa v podjetju
- Podpora notranjega coacha pri profesionalnem razvoju zaposlenih
- S coachingom do razvijanja samostojnosti zaposlenih

Orodja coachinga

- Coaching "formula"
- Učinkovita coaching vprašanja

Delo na konkretnih primerih

- Analiza konkretnih primerov za uporabo orodij coachinga pri podpori sodelavcev

2. MODUL - Komunikacijske veščine (1 dan)

Utrjevanje, poglobitev in razširitev vsebin iz uvodnega modula

- Svetovalni model coachinga

Komunikacijske veščine

- Dober stik
- Aktivno poslušanje

Koncepti coachinga

- Oblikovanje in ustvarjanje zaveznitva
- Povratno sporočilo – Feedback
- Povzemanje
- Izgradnja zaupanja
- Postavljanje ciljev

Diagnostična orodja

- Profesionalno in osebno kolo ravnovesja

Delo na konkretnih primerih

- Analiza konkretnih primerov za uporabo orodij coachinga za izboljšanje komunikacijskih in motivacijskih veščin

3. MODUL - Veščine strateškega mišljenja (1 dan)

Koncepti coachinga

- Postavljanje ciljev in načrtovanje
- Pospeševanje delovanja
- Sprejemanje odgovornosti
- Oblikovanje strategij za doseganje skupnih ciljev - členjenje ciljev
- Postopnost procesa
- Prepoznavanje in pohvala

Modeli coachinga za učinkovito reševanje problemov in iskanje pravih rešitev v zahtevnih situacijah

- GROW model
- Model STOP
- Model SCS

Delo na konkretnih primerih

- Analiza konkretnih primerov z uporabo orodij GROW, SCS in STOP za izboljšanje procesov aktivnega reševanja problemov in razvijanje usmerjenosti k doseganju zelenih rezultatov

4. MODUL – Veščine upravljanja s samim seboj (1 dan)

Filozofija in etika coachinga

Notranja stanja coacha

- Zaznavni položaji

- Koristna stanja coacha
- Upravljanje s samim seboj

Iz orodjarne notranjega coacha

- Raziskovanje različnih možnosti
- Nastavljanje ogledala
- Ustvarjalna vizualizacija
- Uporaba metafore
- Colgrass povratno sporočilo

Koncepti coachinga

- Bistveno sporočilo / Bottom lining
- Izražanje intuicije
- Prošnja (zahteva)

Delo na konkretnih primerih

- Analiza konkretnih primerov z uporabo orodij za razvijanje veščine upravljanja s samim seboj

5. MODUL - Veščine za samomotiviranje in motiviranje sodelavcev (1 dan)

Koncepti coachinga

- Prekinitev
- Proslavljanje/Championing
- Integracija
- Kongruentnost
- Inegriteta

Uvod v ravnanje s prepričanji

- Kaj so prepričanja
- Omejujoča in spodbujajoča prepričanja
- Vpiv prepričanj na motivacijo

Povečevanje osebne moči in krepitev osebne karizme

- Model osebnosti Roberta Diltsa,
- Logične ravni organizacije in posameznikov
- Ugotavljanje skladnosti različnih ravni in doseganje kongruentnosti)

Možnosti uporabe coachinga na delovnem mestu v vlogi notranjega coacha - ovire in priložnosti

- Kaj natančno ste penesli v prakso?
- Katere modele ste testirali v praksi in kako so se obnesli?
- Kateri učinki so že vidni?
- Katere so ovire pri prenosu znanj v prakso?
- Kako naprej?

Med posameznimi sračanji poteka **coach praktikum**, ki je namenjen prenosu veščin coachinga za mentorje v prakso.

Tabelarni prikaz praktične uporabe veščin coachinga v praksi:

1. modul	Uporaba 1 od obravnavanih coaching veščin v praksi	Ustno povratno sporočilo na 2. srečanju
2. modul	Uvodni coaching pogovor v vlogi coacha in uvodni coaching pogovor v vlogi stranke	Ustno povratno sporočilo na 3. srečanju
3. modul	1 coaching pogovor v vlogi coacha in 1 coaching pogovor v vlogi stranke	Ustno povratno sporočilo na 4. srečanju
4. modul	1 coaching pogovor v vlogi coacha in 1 coaching pogovor v vlogi stranke	Ustno povratno sporočilo na 5. srečanju
5. modul	Zaključno srečanje	Ustno povratno sporočilo na zadnjem - 5. srečanju

Po zaključenem programu udeleženci pridobijo potrdilo o opravljenem usposabljanju v programu ***Veščine coachinga za profesionalni razvoj - Veščine coachinga za notranje coache v podjetju.***

Trajanje in organizacija programa

Program je prilagojen potrebam notranjih coachev, ki nudijo podporo sodelavcem znotraj podjetja in poteka 5 dni ločeno, v tedenskih časovnih intervalih, torej 5 krat po en dan (8 andragoških ur/dan) – **skupno v programu 40 andragoških ur.**

Med posameznimi sračnji (moduli) poteka ***coach praktikum***, ki je namenjen prenosu coaching veščin v prakso.

Metode in način dela

V programu prevladujejo aktivne oblike dela in uporaba najsodobnejših dosežkov na področju učenja, usposabljanja in izobraževanja (delo v manjših skupinah, dvojicah, diskusije, igre vlog, prezentacije in demonstracije, analize, pogovori, simulacija in analiza primerov), ter predvsem praktično izvajanje coachinga. Program je oblikovan kot skupek treningov, pri katerih udeleženci interaktivno trenirajo veščine, ki so vezane na vsebine.

Izobraževalni trenerji

Učinkovitost vsakega programa izobraževanja ali usposabljanja je v največji meri odvisna od izobraževalnega trenerja (izobraževalnega tima), od njegove strokovnosti, od usposobljenosti za prenos znanja, veščin in kompetenc in od njegovega profesionalnega odnosa do udeležencev in vsebine, ki jo podaja. Pri tem ne smemo spregledati pomembnosti izkušenj.

Glotta Nova veliko skrb posveča izboru ustreznih trenerjev in njihovemu šolanju, saj so trenerji naše dragoceno bogastvo in ključ do izjemne učinkovitosti.

Trenerji v Šoli za coache, katere sestavni del je tudi program Veščine coachinga za notranje coache, so poznani v slovenskem prostoru in so nenehno vpeti v različne aktivnosti, projekte

in študij, v razna usposabljanja in raziskave, v nenehno osebno, strokovno in poklicno rast ter izvajajo tudi coaching za različne posameznike, time in organizacije.

Bernarda Potočnik, NLP coach (mednarodni program – International Coach Federation – ICF) in certificirani karierni coach (licenca Glotta Nove), NLP mojster praktik in NLP trener (licenca mednarodnega združenja za NLP-INLPTA), ter ima mednarodno licenco SDI (Strength Deployment Inventory – Pregled uporabe osebnostnih vrlin), orodja za razvoj človeških virov. Je ADEC® trener (mednarodna licenca) in trener metode Globalno učenje® (licenca Glotta Nove).

Zaposlena je v Glotta Novi in v Glotta Novi izvaja celostne programe usposabljanja za NLP praktike, NLP mojstre praktike, ADEC praktike, izobraževalne trenerje praktike, mentor praktike, coache, prav tako pa tudi specializirane programe za uporabo veščin coachinga pri vodenju, pri kariernem razvoju zaposlenih in vodi coaching programe po meri za osebni in profesionalni razvoj. Je specialistka za osebnostni/življenjski coaching (Life Coaching), karierni coaching in za učni coaching. Na področju coachinga deluje že osmo leto in z njim pomaga posameznikom in skupinam, da izboljšajo svojo učinkovitost in dosežejo zelene cilje na osebnem, kariernem, učnem in poslovnem področju.

Njena izjemna sposobnost je v tem, da zna prepoznati in prebuditi potenciale v vsakem posamezniku in okrepi njihovo zaupanje vase, da zmorejo preseči svoje lastne meje.

Akademska izobrazba: profesorica angleškega jezika in univerzitetna diplomirana etnologinja, končuje magistrski študij na Fakulteti za podiplomski humanistični študij ISH, smer antropologija.

ali

Karmen Šemrl, je končala je mednarodne programe NLP mojster praktik in NLP coach ter program Andragoški praktikum®. Je ADEC® trener in specialistka za SDI (Strength Deployment Inventory – Pregled uporabe osebnostnih vrlin) in uporabo Mind Mapping™-a na delovnem mestu.

Je zaposlena v Glotta Novi in je specialistka za vodenje treningov s področja retorike, javnega nastopanja, poslovnih predstavitev/prezentacij, prepričevanja in argumentacije, komuniciranja, mentorstva, metod in tehnik učenja in poučevanja, izobraževanja izobraževalcev, mediatorstva, moderatorstva, coachinga, upravljanje z znanjem, metod ustvarjalnosti, treningov za večji izkoristek možganskih in drugih potencialov.

Akademska izobrazba: univerzitetna diplomirana slovenistka s pedagoško-andragoško izobrazbo in opravljenim strokovnim izpitom, končuje magistrski študij na Filozofski fakulteti, smer slovenski jezik.

Koordinator programa

Mojca Koren, je univ. dipl. politologinja. Vključena je v magistrski študij in je končala programa usposabljanja NLP mojster praktik in Coach za hitro rast podjetij. Je specialitka za svetovanje na področju retorike, NLP-ja, coachinga in sploh izobraževanja za potrebe podjetij.

Funkcija: Strokovni in organizacijski vodja programov NLP praktik, NLP mojster praktik, Veščine javnega nastopanja, Veščine coachinga za profesionalni razvoj- Coach in NLP coach, Veščine coachinga za mentorje...

Lokacija izvedbe

Razpolagamo z lastnimi izobraževalnimi prostori, ki so opremljeni v skladu z najvišjimi mednarodnimi standardi za izvajanje izobraževanj in usposabljanj in vključujejo najsodobnejšo didaktično opremo, zato vse seminarje običajno izvajamo na sedežu našega podjetja, na Poljanski 95 v Ljubljani (kjer imamo urejena tudi parkirišča za udeležence), na vašo željo, pa lahko usposabljanje izvedemo tudi v vaših prostorih, oziroma tudi drugje po Sloveniji ali v tujini, z doplačilom potnih in morebitnih namestitvenih stroškov za trenerja, ki izvaja izobraževalni program.

Dodatne informacije



Glotta Nova d.o.o.
Poljanska 95, 1000 LJ
T: 01/ 5200 674
F: 01/ 5200 676
E: mojca@glottanova.si
I: www.glottanova.si