

PROGRAM SZKOŁY COACHINGU

1. Kształtowanie świadomości i postawy coacha:

- Przekonania i oczekiwania coacha.
- Zamiana oceny na obserwację, etykietowanie i nadawanie znaczenia.
- Otwartość i ciekawość w coachingu.
- Różnica między "nie wiem, nie jestem pewien" a bezradnością.
- Rozpoznawanie i unikanie pułapek nawyków, przekonań i nieświadomych mechanizmów.
- Rozwijanie świadomości emocji i potrzeb.
- Komunikacja werbalna i pozawerbalna coacha.

2. Kluczowe kompetencje coacha:

- Etyka działania i kodeks etyczny
- Postawa coachingowa
- Kontraktowanie - tworzenie klarownych umów dotyczących relacji, procesu, planów i celów coachingu.
- Budowanie zaufania i poczucia bezpieczeństwa
- Obecność coachingowa
- Aktywne słuchanie – różnice między słuchaniem a słyszeniem
- Budowanie i pobudzanie świadomości – pytania sięgające sedna, praca ciszą, metafora i zmiana perspektywy
- Facylitacja rozwoju klienta - przekładanie zdobytej wiedzy na konkretny postęp.

3. Proces coachingowy:

- Struktura procesu coachingowego.
- Różnice między coachingiem a innymi formami rozwoju
- Budowa i przebieg sesji coachingowej.
- Techniki rozpoczynania, prowadzenia i zakończenia procesów coachingowych.
- Prowadzenie sesji coachingowych:
- Cel w coachingu – wyznaczanie, weryfikacja, ocena postępów

4. Komunikacja w coachingu

- Konstruowanie celowych pytań, zamknięte i otwarte pytania w coachingu
- parafrazowanie, odzwierciedlanie, klarowanie i dostosowywanie.
- Metafora w coachingu
- Poszerzanie perspektywy, praca z emocjami i przekonaniem Klienta
- Elementy zakończenia sesji coachingowej.

5. Rozwój po szkole

- Pogłębianie kompetencji coachingowych.
- Wykorzystywanie narzędzi coachingowych w praktyce lidera czy menedżera.
- Coaching zespołowy i grupowy.