

Coaching

I. Coaching – zagadnienie i proces prowadzenia

1. Czym jest coaching i czym się różni od psychoterapii, consultingu i szkolenia
2. Rodzaje coachingu ze względu trzy grupy kryteriów
3. Coaching trójstronny (gdzie oprócz coacha i uczestnika występuje jeszcze sponsor)
4. Kodeksy etyczne coachingu
5. Dylematy etyczne pojawiające się w coachingu
6. Etapy coachingu wraz z przykładowymi formularzami do pracy
 - zawarcie kontraktu - ustalanie celów coachingu: cele Klienta, coacha i sponsora
 - testy osobowości jako wstęp do pracy coachingowej – na przykładzie testu MBTI (Myers- Briggs)
 - narzędzia coachingu: wizualizacja celu, mocne strony klienta, pytania coachingowe, zadania domowe, afirmacje, przykłady zadań coachingowych
7. Przebieg sesji
8. Trudne sytuacje: opór Klienta, pozorny entuzjazm, brak kroku do przodu – dlaczego się pojawiają i jak sobie z nimi radzić
9. Jak pisać raport z coachingu

II. Osoba coacha

10. Zadania coacha i jego zakres odpowiedzialności
11. Szkoły i szkolenia dla przyszłych coachów
12. 14 zasad coacha
13. Kontakt z Klientem

III. Klient coachingu

14. Dla kogo jest coaching?
15. Rozwój człowieka dorosłego, dojrzałego i dobrze funkcjonującego społecznie – na czym polega i dokąd zmierza?
16. Czy każdy cel postawiony przez Klienta coachingu może być podjęty?

17. Motywacja: przestrzeń i głębia: Model Góry Lodowej (Norman Bennet Academy)

18. Czy ludzie naprawdę chcą wprowadzać zmiany w swoim życiu?

19. Elementy przeszkadzające Klientowi w realizacji celów i utrudniające wprowadzenie zmiany

Metody i techniki pracy

Wykład, ćwiczenia coachingowe przeprowadzane na sobie samym, case study, raporty i inne dokumenty – przykłady oraz ich analiza