

9 навыков (компетенций) профессионального коуча по стандарту IAC (Международной Ассоциации Коучинга) в метафорах

1. Создавать и поддерживать взаимоотношения доверия с клиентом – Команда

Определение: Умение создавать безопасную среду для общения и поддерживающие отношения для личностного роста, новых открытий и трансформации клиента.

Ключевые элементы:

- 1) взаимное уважение и принятие
- 2) у клиента есть уверенность и чувство поддержки
- 3) клиент чувствует, что может свободно говорить о своих страхах и неуверенности, не боясь оценочного суждения со стороны коуча

Что это значит в коучинговой сессии	Чем это НЕ является
Со-творчество (вместе находят решения)	Совместная работа (делят между собой объем работы)
Принятие и поддержка	Терпимость
Уверенность	Доминирование

2. Поддерживать и расширять потенциал клиента - Луна

Определение: Коуч распознает сам и помогает клиенту осознать и оценить его\ее сильные стороны и потенциал.

Ключевые элементы:

- 1) эмпатия
- 2) фокус на расширении возможностей клиента
- 3) Коуч воодушевляет и вдохновляет клиента

Школа Стратегического Коучинга:
<http://irinaleadercoach.com/school2016/>

4) Коуч помогает изменить ограничивающие убеждения

5) Коуч распознает сильные стороны клиента и понимает как эти качества могут быть полезны в достижении личных целей клиента или целей организации

Что это означает	Чем это не является
Верит в клиента	Выносит суждения о возможностях клиента
Воодушевляет	Настаивает, толкает вперед
Расширяет возможности	Пытается "растянуть" клиента, заставить

3. Глубинное слушание – Озеро – на поверхности и в глубине

Определение: Уделяет полное внимание словам, интонации и "имплицитному (скрытому, глубинному) смыслу" общения с клиентом; коуч более глубоко воспринимает клиента, его переживания и источники его проблемы, слушая "вглубь" того, что клиент может выразить словами.

Ключевые элементы:

- 1) Коуч фокусируется на том, что клиент выражает вербально и невербально
- 2) Коуч слушает "за пределами" слов, которые произносит клиент
- 3) Коуч обращает внимание на несоответствие между тем, что клиент говорит (слова) и его поведением и\или эмоциями (неконгруэнтность)

Что это означает	Чем это Не является
Слушает с целью лучше понять клиента	Слушает с целью узнать больше подробностей
Осмысливает	Строит свои предположения
Коуч извлекает имеющуюся информацию	Коуч сам направляет течение беседы

4. Воспринимать и обрабатывать информацию в настоящем моменте - Река

Определение: Фокусирует все внимание на клиенте, перерабатывает информацию на уровне разума, тела, сердца и души (если это применимо к убеждениям коуча). Коуч помогает клиенту осознать то, как клиент может проживать свои мысли и ситуации на всех этих уровнях, в тех случаях, когда это уместно.

Школа Стратегического Коучинга:

<http://irinaleadercoach.com/school2016/>

Коуч утилизирует то, что происходит во время сессии (паттерны поведения клиента, эмоции, отношения между коучем и клиентом, и тд) чтобы помочь клиенту продвигаться к более глубокой само-осознанности и позитивным действиям.

Ключевые элементы:

- 1) коуч осознает динамику, которая происходит внутри сессии, внутри клиента и между коучем и клиентом, и понимает как эта динамика влияет на клиента и на весь процесс коучинга
- 2) коуч обладает целостным восприятием общения с клиентом на всех уровнях
- 3) коуч может определить когда клиент общается " из прошлого", "настоящего" или "будущего"
- 4) создает для клиента возможности осмысливать и прояснять вопросы и комментарии коуча
- 5) коуч создает для клиента возможность осознавать его (клиента) собственные мысли и реакции

Что это означает	Чем это НЕ является
Осознанное реагирование	Обусловленные реакции (стереотипы)
Здесь и сейчас	В прошлом или в будущем
Внимательность к происходящему	Состояние "на низком старте"

5. Эффективная коммуникация – Минута Размышления

Определение: Внимание и осознание того, как коуч выражает свое отношение, намерение и идеи, и насколько эффективно строит коммуникацию.

Ключевые элементы:

- 1) уважение
- 2) внимательность
- 3) фокус на клиента
- 4) ясность
- 5) уместность

Что это означает	Чем это НЕ является
Общение "для клиента"	Общение "с клиентом"
"как" происходит коммуникация	"что" сообщается
Как коуч транслирует свою поддержку клиенту	Использует только слова для общения

6. Прояснение – МИР клиента

Определение: сократить\исключить путаницу или сомнения, усилить понимание и уверенность клиента.

Ключевые элементы:

- 1) коуч определяет наиболее важные проблемы, одновременно уважая предпочтения и ограничения клиента
- 2) отсутствие оценочного суждения со стороны коуча, отсутствие влияния на клиента в каком-то определенном направлении
- 3) определение ключевых ценностей и потребностей клиента
- 4) помощь в гармонизации цели клиента с представлением о собственном будущем клиента и его миссии
- 5) идентификация блоков на пути к прогрессу

Что это означает	Чем это НЕ является
Источник ресурса	Симптомы проблемы
Простота	Сложность
Распознать (суть)	Решить (проблему)

7. Помогать клиенту устанавливать и поддерживать ясное намерение – Прицел

Определение: помогает клиентам фокусироваться и выполнять действия по достижению поставленных целей.

Ключевые элементы:

- 1) Исследование намерений и целей клиента
- 2) сохранение внимания на том, что наиболее важно
- 3) прояснение направления для развития
- 4) периодически пересматривать, обновлять намерение и\или праздновать прогресс

Что это означает	Чем это НЕ является
Трансформировать	Заменять одно другим
Прогресс	Просто действия\активность

8. Открыть путь новым возможностям – Сундук с драгоценностями

Определение: создание среды, которая поддерживает возникновение идей, новых выборов и возможностей

Ключевые элементы:

- 1) доверие, открытость, любопытство, признание потенциала
- 2) коуч и клиент общаются посредством исследования новых возможностей и открытий
- 3) поиск "внутренних ресурсов" клиента (например, личное мастерство, высшее намерение) и внешних возможностей (например, необходимых ресурсов, идей)
- 4) возможности генерируются коучем, клиентом и совместными усилиями

Что это означает	Чем это НЕ является
"открытый ум", мышление "с чистого листа"	Навязывание экспертных знаний
креативный	предписывающий
Расширение возможностей	разрешение проблемы

Школа Стратегического Коучинга:

<http://irinaleadercoach.com/school2016/>

9. Помогать клиенту создавать и использовать системы и структуры поддержки - Дом

Определение: Помогает клиенту идентифицировать и построить отношения, инструменты, системы и структуры, в которых он\она нуждается чтобы продвигаться вперед и поддерживать устойчивый прогресс

Ключевые элементы:

- 1) коуч предлагает возможные системы поддержки и структуры, подходящие для нужд клиента
- 2) коуч помогает клиенту определить системы и структуры для поддержки, которые уже есть у клиента, но он их не использует эффективно
- 3) коуч помогает клиенту определить области, в которых клиент чувствует потребность в поддержке и структуре
- 4) клиент понимает ценность соответствующих поддерживающих структур
- 5) продвижение клиента к своим целям и намерениям становится более устойчивым

Что это означает	Чем это НЕ является
Создание поддерживающих структур	Встраивание ограничений в процесс
Дополнительные системы\структуры	Повторение имеющихся
Повышают эффективность процесса	Избыточные (создают дополнительную нагрузку)