

KÉPZÉSI PROGRAM

GAZDASÁGI ÉS IGAZGATÁSI KÉPESÍTÉSEK

BUSINESS COACH KÉPZÉS

CoachAkadémia Kft.

H-1028 Budapest Gercse u. 31/A • Telefon: +36 (20) 503 24 80 • E-mail: szervezés@coachakademia.hu

Internet: <http://www.coachakademia.hu>

Felnőttképz. nyilv. szám: 00254-2011 • Cégjegyzékszám: 01-09-957248 • Adószám: 23191031-2-41

A képzés során megszerzhető kompetenciák

A képzés végére a hallgató képes lesz az alábbi megszerzhető főbb kompetenciák terén fejlődést elérni:

Alapok megteremtése:

- Megfelel az etikai irányelveknek és szakmai normáknak: ismeri a coaching etikáját és normáit, azokat megfelelően alkalmazza minden coaching helyzetben.
- Képes a coaching szerződést létrehozni: képes megérteni, mire van szükség az adott coaching kapcsolatban és képes erről megállapodni a leendő ügyféllel a coaching folyamata és a kapcsolat tekintetében.

Kapcsolat kialakítása:

- Képes személyes, bizalmas kapcsolat kialakítására az ügyféllel: képes biztonságos és támogató légkört kialakítani, ami folyamatos kölcsönös tiszteletet és bizalmat eredményez.
- Coaching jelenlét: képes maradéktalanul tudatos maradni, ugyanakkor spontán kapcsolatot tartani az ügyféllel nyílt, rugalmas és magabiztos stílusban.

Eredményes kommunikáció:

- Aktívan hallgat: képes maradéktalanul az ügyfél mondanivalójára, illetve arra figyelni, amit nem mond ki az ügyfél; képes megérteni a kimondottak jelentését az ügyfél vágyainak összefüggésében, és képes támogatni az ügyfél önkifejezését.
- Kérdéstechnikája eredményes: képes olyan kérdéseket feltenni, amelyek a coaching kapcsolat és az ügyfél számára leghasznosabbnak ígérkező információkat fedik fel.
- Képes a közvetlen kommunikációra: a coaching foglalkozás során képes eredményesen kommunikálni és az ügyfélre a lehető legpozitívabb hatást gyakorló nyelvezetet használni.

A tanulás és az eredményesség elősegítése

- Képes tudatos éberséget kialakítani: képes a különféle forrásokból érkező információk integrálására, pontos értékelésére és értelmezésére, annak érdekében, hogy segítse az ügyfelet azok tudatosításában és ez által az előre elfogadott eredmények elérésében.
- Képes akcióterv készítésére: képes arra, hogy az ügyféllel közösen lehetőséget teremtsen a folyamatos tanulásra a coaching és a mindennapi munkavégzés során, valamint egyéb élethelyzetekben, illetve olyan új lépések megtételére ösztönzi az ügyfelet, amelyek a legmegfelelőbbek a coaching kitűzött céljainak eléréséhez.

- Képes tervezésre és célok kitűzésére: képes az ügyféllel kialakítani és fenntartani egy célravezető coaching tervet.
- Képes a fejlődés követésére és a felelősségben tartásra: képes hosszú távon figyelni az ügyfél számára fontos dolgokra és meghagyja az ügyfélnek a cselekvés felelősségét.

A coach kompetenciák részletesebb bontása megtalálható az ICF Magyar Tagozatának honlapján:

<http://coachfederation.hu/ICFHungary/Kompetenciak.html>

A képzésbe való bekapcsolódás és részvétel feltételei

A képzésünk posztgraduális, tehát felsőfokú képzettség az előfeltétele. Évente két képzést indítunk, ebben a félévben 2011. október 7-én kezdődik a képzés. A képzésre jelentkezés a www.coachakademia.hu honlapon található on-line jelentkezési lap kitöltésével történik. A képzések a pénteki napokon kerülnek megrendezésre.

Tervezett képzési idő

A képzés során 148 órányi anyagot biztosítunk. A program két fő részből áll. Kb. 4 hónap alatt 108 órában az ICF által ajánlott coach kompetenciák fejlesztése folyik, ezután kb. 4 hónap alatt a hallgató egy teljes coaching folyamatot kísér végig egy, a képző intézmény által biztosított vállalatnál. A coaching folyamatot csoportos esetmegbeszélésekkel és csoportos szupervízióval támogatjuk osztályteremben. A teljes képzés 8 hónapot vesz igénybe.

A 2011. október 7-e és 2012. május 31-e között tervezett képzések és időbeosztásuk:

Tantárgy neve	Óraszám	Oktató(k)	Dátum
Coach Akadémia nyitó nap	4	Hegedűs Dóra, Kurucz Balázs, Madai Kriszta, Soós Judit	2011. október 7. délelőtt
Önismeret	8	Hegedűs Dóra	2011. október 14.
A coaching alapjai	8	Hegedűs Dóra	2011. október 21.
A coaching szerződés	8	Madai Kriszta	2011. október 28.
Érzelmi intelligencia a coachingban	8	Soós Judit	2011. november 11.
Értő figyelem és kérdezőtechnika	8	Kurucz Balázs	2011. november 18.
Coach Módszertan	8	Kurucz Balázs	2011. november 25.
Félúton	4	Kurucz Balázs, Soós Judit	2011. december 2. délelőtt
Célkitűzés	8	Soós Judit	2011. december 9.

Felelősségben tartás	8	Vendég előadó: Dr. Palotai Gabriella	2011. december 16.
Tematikus óra 1. (stressz, MME, időgazdálkodás, karrier)	8	Madai Kriszta	2012. január 13.
Tematikus óra 2. (asszertivitás, konfliktuskezelés)	8	Hegedűs Dóra	2012. január 20.
Tematikus óra 3. (döntés, delegálás, motiválás, első 90 nap)	8	Kurucz Balázs	2012. január 27.
Videós coaching gyakorlat	8	Kurucz Balázs, Soós Judit	2012. február 3.
Coach Akadémia záró nap	8	Hegedűs Dóra	2012. február 10.
	108		
Coaching szakmai gyakorlat			2012. február 10. és 2012. május 31. között 2012. március 1. – 2012. május 31. között, péntekenként 4x4 óra
Szupervízió	16	Madai Kriszta	
			2012. március 1. – 2012. május 31. között péntekenként 4x4 óra
Esetmegbeszélés	16	Hegedűs Dóra, Soós Judit	
			2012. március 31-ig megadott időpontban
Vizsga	8	Kurucz Balázs, Soós Judit	
	148		

A képzés módszerei

A képzés kiscsoportos formában történik. A képzésen az elméleti és gyakorlati elemek aránya kb. 1/3-2/3. Az elméleti oktatás mellett esettanulmányok, példák szemléltetik az adott témát. Akvárium coaching, triád gyakorlatok teszik lehetővé a gyakorlati készségek elsajátítását és begyakorlását. Videós gyakorlat és valós coaching gyakorlat biztosítja, hogy végzett hallgatóink a diploma kézhezvétele után magabiztosan tudjanak coaching folyamatot végigvinni.

A tananyag egységei, azok célja, tartalma és terjedelme

Képzésünk blokkjai:

A képzés két fő részre tagolható:

- Kb. 4 hónap alatt 108 órában az ICF által ajánlott coach kompetenciák fejlesztése folyik. Az egyes napok kifejezetten egy-egy coach kompetencia fejlesztését szolgálják, illetve vannak tematikus órák, amikor a leggyakoribb coaching témákat vesszük sorra és megnézzük a vezető miként támogatható ilyen esetekben.
- Ezután kb. 4 hónap alatt a hallgató egy teljes coaching folyamatot kísért végig egy, a képző intézmény által biztosított vállalatnál. A coaching folyamatot

csoportos esetmegbeszélésekkel és csoportos szupervízióval támogatjuk osztályteremben. A képzés vizsgával zárul.

A tananyag egységeinek részletesebb bemutatása

Coach Akadémia nyitó nap

A nyitónapon bemutatkoznak az akadémia oktatói és hallgatói, megtörténik a kapcsolati szerződéskötés, és a hallgatók elindulnak a saját tanulási útjukon.

Önismeret

A világ és a környezetünk megismeréséhez önmagunk megismerésén át vezet az út. Ha tisztában vagyunk képességeinkkel, látjuk cselekvéseink szándékát és következményeit, másokra gyakorolt hatását, ha képesek vagyunk befogadni a másoktól kapott visszajelzéseket, ha értjük saját reakcióinkat – akkor leszünk képesek a saját életünkkel kapcsolatos döntések meghozatalára. Az embert önfejlesztő ereje teszi képessé céljai elérésére, ami csak az önismerettel aktiválható. Az önismeret megadja a szabadságot -és a hatalmat is egyben- életünk irányítására.

A coach és a coachee számára is fontos az önismeret útján való elindulás. A coach számára különösen: az abban való elmélyülés, folyamatos munka szakmai előfeltétel is egyben. Hogyan segíthetnénk másoknak hitelesen, amíg magunk nem oldottuk meg alap-problémáinkat, értettük meg azok okait, eredetét? A coach egyik legfontosabb feladata a tükör-tartás az ügyfele számára: így a coachee a beszélgetések során hiteles, elfogulatlan és tiszta képet láthat meg saját magáról, és általa eddig nem ismert vagy számára elzárt tulajdonságait ismerheti meg. A megismerés pedig már az első lépés a megoldás, kioldás felé.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Megfelelés az etikai irányelvek és a szakmai normáknak
- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Tudatosság kialakítása

A coaching alapjai

A coaching alapjainak megismerése, elméletben és gyakorlatban, kulcsfontosságú meghatározások, szakmai fogalmak és határok. A coaching története, kialakulása, a nemzetközi és hazai piac. Az ICF Etikai Kódexe és a Szakmai Kompetenciák megismerése, gyakorlatban történő alkalmazása. A Coaching Kompetenciák alapján coaching demo ülés, ahol élesben figyelhetik meg egy coach munkáját, majd kiscsoportos gyakorlatok során maguk a hallgatók is belekóstolhatnak a coaching 'érzésbe'.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Megfelelés az etikai irányelvek és a szakmai normáknak
- Tudatosság kialakítása

A coaching szerződés

A workshop során végigelemezzük a különböző szerződéskötési helyzeteket, és az ezekben rejlő buktatókat (coach-coachee-megbízó-szervezet). Milyen szintjei vannak a szerződésnek? Milyen elemeket tartalmaznak az egyes szintek? Hogyan egyezik meg a coach az ügyféllel az együttműködésről és a folyamat céljáról? Milyen hatása van a szerződésnek a coaching folyamatra?

- szerepek és a felelőségek tisztázása
- etikai kérdések: határok, a kompetenciák, bizalmasság
- szabályok megváltoztatásának lehetősége
- kihívás és támogatás

A workshop során a hallgatóknak lehetőségük van gyakorlatban is kipróbálni néhány szerződéskötési helyzetet és közösen kielemezni ezek hatását a folyamatra.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Coaching szerződés előkészítése, kidolgozása
- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- Tervezés és célkitűzés

Érzelmi intelligencia a coachingban

A workshop 3 fő területet jár körül:

1. bizalomépítés: A megfelelő kapcsolat - mely kölcsönös tiszteletet és bizalmat eredményez - kialakításának a képessége nagyon fontos a mindennapi életben is, de coachként elengedhetetlen. Bizonyára mindenki szembesült már azzal, hogy bizonyos emberekkel, ügyfelekkel könnyedén teremt kapcsolatot, mintha mindig is ismerte volna őket, míg bizonyos esetekben nehezebben indul be a munka, mintha más nyelvet beszélnének a partnerrel. A workshop keretén belül megnézzük, hogy milyen technikákkal tudjuk tudatosan elősegíteni a bizalmi kapcsolat kialakítását.

2. tanulási stílusok: megnézzük, hogy a különböző tanulási stílusokat (Kolb mentén) hogyan tudja felismerni a coach és ennek alapján mit tehet, hogy minél hatékonyabb legyen a coaching folyamat, minél harmonikusabb és eredményesebb legyen az együttműködés.

3. Érzelmi Intelligencia: Az EQ elengedhetetlen a sikeres vezetőknél, hiszen önmagunk ösztönzése, az indulataink fékezése, a kitartás, (hogy csak egy pár dolgot emeljek ki) olyan képességek, amelyek a vezetők számára lényegesek a mindennapokban. Ugyanakkor az érzések tudatosítása, megfelelő kezelése a coach oldaláról is igen fontos.

A workshopon körbejárjuk az érzelmi intelligencia fontosságát, és eszközöket próbálhatnak ki a résztvevők az érzelmek azonosítására, az EQ mérésére, és fejlesztésére vonatkozólag is.

Tematika

- Mi a bizalmi kapcsolat meglétének a jele?
- Hogyan alakítható ki bizalmi kapcsolat?
- Miért fontos a tanulási stílus ismerete?
- Mi az EQ?
- Miért győzedelmeskedhet az emóció a racionalitás felett?
- Hogyan állapítható meg az EQ szintje? Milyen megnyilvánulási formái vannak?
- Hogyan fejleszthető?

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel

A coach jelenléte

Közvetlen kapcsolatteremtés

Értő figyelem és kérdezőtechnika

"A jó coach meghallja, mit mond neki a ló. A nagy coach azt is meghallja, amit csak suttog." (Monty Roberts: Az igazi suttogó)

Amikor partnerünknek (coachee) valami problémája van, hajlamosak vagyunk közbelépni: „jó tanáccsal”, saját tapasztalatunk átadásával, a körülmények minél részletesebb megtudakolásával. Ezek a beavatkozások a jó szándék dacára általában több problémát okoznak, mint amennyit megoldanak, és megakasztják az esethozót problémája továbbgondolásában. Az ilyen közbelépések az ellenkező hatást válthatják ki: nem segítenek, hanem sorompóként megakadályozzák, hogy partnerünk rossz érzése, feszültsége csökkenjen. Ilyen esetben az értő hallgatás vezet eredményre.

Más esetekben pedig éppen kérdésekkel támogat a coach. A feltett kérdések arra irányulnak, hogy a coach pontosabban megérthesse a partner által előadott történetet, és segítőként hatékonyabban kapcsolódhasson a szituációhoz. A tájékozódást előmozdító, információt kérő, tisztázó kérdések a befolyásolásra, a belső, lélektani munka előmozdítására irányulnak.

A workshop célja, hogy képessé tegye a résztvevőt arra, hogy eldöntse, egy adott coach helyzetben kérdezzen, vagy inkább értőn hallgasson, és képessé tegye a résztvevőt ezen eszközök hatékony használatára: arra, hogy képes legyen maradéktalanul figyelni az ügyfél mondanivalójára, és arra is, amit ki sem mond az ügyfél. A résztvevő megtanul olyan kérdéseket feltenni, amelyek a coaching kapcsolat és az ügyfél számára leghasznosabbnak ígérkező információkat fedik fel.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Hatásos kérdezéstechnika
- Közvetlen kapcsolatteremtés
- Tudatosság kialakítása

Coach Módszertan

A sikeres coaching üléshez nélkülözhetetlen a coach jelenléte, értő figyelme. Előfordulhat azonban, hogy a partner tanulását, belátását egy jól megválasztott eszköz, módszer segíti a leghatékonyabban. A workshopon áttekintjük a legismertebb nemzetközileg is legelterjedt coach módszereket (RAMM, GROW, TRUST stb.) és a résztvevő számos, jól használható eszközt ismer meg és próbál ki valós esetleírásokon keresztül. A workshop eredményeképpen a coach képes lesz tudatosabb éberséget kialakítani: Képes lesz a különféle forrásokból érkező információk integrálására, pontos értékelésére és értelmezésére, annak érdekében, hogy segítse az ügyfelet azok tudatosításában és ezáltal az előre kitűzött üzleti eredmények elérésében.

A hallgató a workshopon azt is megtudhatja, milyen lehetőségek vannak a coaching folyamat eredményességének mérésére (ROI).

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- A coach jelenléte
- Hatásos kérdezéstechnika
- Tudatosság kialakítása
- Akcióterv készítése
- Tervezés és célkitűzés

Félúton

Ezen a workshopon összegezzük az elért eredményeket és áttekintjük az eddig elsajátított coach kompetenciákat. A hallgató megfigyelt coaching üléseken keresztül visszajelzést kap coach működésére az ICF coach kompetenciái alapján. Esetfeldolgozások, önreflexiók. Kitűzzük a képzés további részére az egyéni fejlődési célokat.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Értő figyelem
- Hatásos kérdezéstechnika
- Közvetlen kapcsolatteremtés
- Tudatosság kialakítása
- Akcióterv készítése
- Tervezés és célkitűzés
- A haladás mérése és a felelősség kérdése

Célkitűzés

"Nem az számít honnan indulsz, hanem az, hogy milyen döntéseket hozol arról, hogy hová akarsz végül eljutni" (Anthony Robbins)

A célkitűzés nagyon fontos a coaching folyamat, azaz ügyfelünk sikerét illetően, hiszen ha megvannak a világos, jól formált célok, akkor kellőképpen motivált lesz az ügyfél, hogy megszüntesse az esetleg meglévő gátló tényezőket, továbbá, hogy megtalálja a megfelelő eszközöket és megtegye a szükséges lépéseket a kívánt eredmény elérése érdekében.

A workshop elsődleges célja, hogy a coachokat képessé tegye arra, hogy az ügyfeleikkel egy célravezető coachingtervet tudjanak kialakítani, abban az esetben is, ha az ügyfél maga a megbízó, illetve ha a megbízó egy másik személy, akinek szintén vannak elvárásai a folyamattal kapcsolatban.

Tematika

- Mi jellemzi a jól formált célt?
- Hogyan lehet a legcélravezetőbb coaching tervet kialakítani?
 - o ha az ügyfél egyben a megbízó is?
 - o illetve ha az ügyfél és a megbízó személye különbözik?
- Mi képezheti a coaching célját? Milyen mélységig dolgozhat egy coach?
- Hogyan aktivizálható, illetve alakítható ki a cél eléréséhez szükséges erőforrás?

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Coaching szerződés előkészítése, kidolgozása
- Tervezés és célkitűzés

Felelősségben tartás

Mire jogosult a coach és a coachee? - felelősségi körök a coaching folyamatban. Kapcsolati nehézségek - játszmák előfordulása a coachingban (esetmegbeszélés, feldolgozás). A célok meghatározásának módjai, nehézségei (gyakorlat). Problémafeltárás - kérdezéstechnika, interjúzás, shadow coaching. A célkitűzések módosításának szükségessége (kiscsoportos feldolgozás). Helyes tanulási, elsajátítási módok megtalálása - eredmények ellenőrzése.

Elakadások a folyamatban - kapcsolati nehézségek, tudattalan elhárítások.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Tudatosság kialakítása
- Tervezés és célkitűzés
- A haladás mérése és a felelősség kérdése

Tematikus óra 1. (stressz, MME, időgazdálkodás, karrier)

A workshop során olyan kulcskérdéseket járunk körbe, amelyek szinte minden vezetői coaching helyzetben megjelenő - és gyakran egymással összefüggő - témák. Mi karriertervezési, mi munkamagánélet egyensúlyi, mi időgazdálkodási és mi stresszkezelési kérdés? Milyen keretismeretekkel kell rendelkezzen a coach az említett témákban? Milyen coaching eszközök, módszerek segítik a coachot ezen témák esetében? Szervezeti coaching esetében hogyan és milyen mélységig dolgozzunk az említett témákkal és ezek hogyan függnek össze az egyéni és szervezeti hatékonysággal? Milyen esetekben kell felismerje a coach, ha más segítő szakember bevonására van szükség? A workshop során a hallgatók coaching üléseket vezetnek az érintett témákban, melyekre visszajelzést kapnak, és amely ülések közös elemzésre kerülnek.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Megfelelés az etikai irányelvek és a szakmai normáknak
- A coach jelenléte
- Tudatosság kialakítása
- Akcióterv készítése

Tematikus óra 2. (asszertivitás, konfliktuskezelés)

Az asszertív, vagy más szóval a kellő határozottságú és öntudatú emberre az jellemző, hogy környezetével összhangban igyekszik elérni céljait. Ha valaki nem tud asszertíven viselkedni, az azt jelenti, hogy az önbizalmával baj van. Mit lehet ilyenkor tenni? A workshop célja, hogy a coach a

lehető leghatékonyabban tudjon ez esetben segíteni ügyfelének. Ehhez adunk elméleti hátteret, áttekintjük az asszertivitás felmérésére és fejlesztésére használható coach eszközöket és gyakorlati példákon való kipróbálási lehetőséget biztosítunk.

A workshop másik célja, hogy segítsen átlátni a konfliktusok kialakulásának okait, megismertesse a főbb konfliktuskezelési módokat, és azok használhatóságát különböző helyzetekben. Foglalkozunk azokkal a témákkal, amikre egy leendő coachnak szüksége van, hogy képes legyen segítséget nyújtani az ügyfeleknek abban, hogy felkészülhessenek a kényes helyzetekre, lássák a konfliktusokban rejlő pozitív változások lehetőségét, és hogy segítséget tudjanak nyújtani a konfliktusokból eredő feszültség levezetésében.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Coaching szerződés előkészítése, kidolgozása
- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- Hatásos kérdezéstechnika

Tematikus óra 3. (döntés, delegálás, motiválás, első 90 nap)

A workshopon a valós gyakorlatban leggyakrabban előforduló coaching témákkal foglalkozunk. Célunk, hogy a hallgató felkészüljön arra, hogy magabiztosan tudjon egy coach folyamatot végigvinni, mert rendelkezik az adott coaching témához szükséges eszközökkel, tudással és coach kompetenciákkal. Gyakorlati tippek, tesztek, esettanulmányok, szituációs játékok segítik az elmélet begyakorlását, így a workshop végeztével a coach azonnal alkalmazni lesz képes tudását, hogy miként támogassa ügyfelét a még hatékonyabb döntéshozatalban, delegálásban és motiválásban. A frissen kinevezett vezetők nagyon hasonló dilemmákkal szembesülnek iparágtól függetlenül. A workshopon áttekintjük ezen jellemző mintázatokat, és megvizsgáljuk, hogy a coach miként tud támogatást nyújtani ennek a speciális vezetői célcsoportnak.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Értő figyelem
- Hatásos kérdezéstechnika
- Közvetlen kapcsolatteremtés
- Tudatosság kialakítása
- Akcióterv készítése
- Tervezés és célkitűzés

Videós coaching gyakorlat

A workshop célja, hogy a résztvevők konkrét helyzeteket tanulmányozzanak, azokat szakember vezetésével kielemezzék. A délelőtti folyamán minden résztvevő egy-egy 30 perces coaching folyamatot vihet végig a jelenlevő coacheevel. Az oktató a gyakorlatot videóra veszi, majd a fél óra letelte után mind a coachee, mind pedig a tréner visszajelzést adnak (kb. 20 perc). Így tehát mindenki kb. 50 percet tölt bent a gyakorlaton.

Közvetlenül a gyakorlat után lehetőség van a teljes videó felvételt végignézni.

Délután csoportos formában dolgozzuk fel a délelőtti coachingokon felmerült élményeket, kérdéseket, illetve kielemezzük az adott esethez tartozó elméleti összefüggéseket.

Tematika

- Valós coaching szituáció megélése
- Elmélet-szituáció összefüggés, magyarázatok
- Helyzetgyakorlatok
- Kívülálló szemmel...
- Tippek, trükkök kezdő coachoknak
- Szakirodalom-ajánló

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Értő figyelem
- Hatásos kérdezéstechnika
- Közvetlen kapcsolatteremtés
- Tudatosság kialakítása

Coach Akadémia záró nap

Ezen a workshopon összegezzük az elért eredményeket és áttekintjük az elsajátított coach kompetenciákat. A hallgató megfigyelt coaching üléseken keresztül visszajelzést kap coach működésére az ICF coach kompetenciái alapján. Esetfeldolgozások, önreflexiók, visszajelzések.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Megfelelés az etikai irányelvek és a szakmai normáknak
- A coach jelenléte
- A haladás mérése és a felelősség kérdése

Előadó: Hegedűs Dóra ACC

Coaching szakmai gyakorlat

A Coach Akadémia Kvalifikált Business Coach képzésen a 15 alkalmas tantermi munkát jó nevű cégeknél 4 hónap alatt teljesítendő 5 ülésből álló coaching gyakorlat követi, mely során a coaching készségek és kompetenciák fejlesztését esetmegbeszéléssel és csoportos szupervízióval támogatjuk.

A gyakorlatot alkotó coaching ülések ütemezése és egy-egy ülés hossza egyéni, a coach jelölt és a coachee közötti megállapodás, a coachee igényeinek megfelelően.

Szupervízió

Az alapozó workshopok lezárta után a hallgatók céges környezetben önállóan vezetnek végig egy coaching folyamatot. Ezt kíséri az 5-7 fős kiscsoportban zajló szupervízió.

A szupervízió a tanulás, fejlődés, személyes hatékonyság növekedését és a mentálhigiénés egészségmegőrzést szolgálja azáltal, hogy lehetőséget ad a saját szakmai tapasztalatok feldolgozásán keresztül tanulásra. A feldolgozás alapvető módszere a reflexió és önreflexió. Csoportos szupervízió esetén a tanulás fontos része a saját reflexiók másokéval való összevetése, a különbségek átélése és értelmezése. A szupervízió hozadéka továbbá az önreflektív kompetencia fejlesztése.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Coaching szerződés előkészítése, kidolgozása
- Bizalom és közelség kialakítása az ügyféllel
- A coach jelenléte
- Értő figyelem
- Hatásos kérdezéstechnika
- Közvetlen kapcsolatteremtés
- Tudatosság kialakítása
- Akcióterv készítése
- Tervezés és célkitűzés
- A haladás mérése és a felelősség kérdése

Esetmegbeszélés

Az esetmegbeszélések során a hallgatók coaching szakmai gyakorlatának tapasztalatairól beszélgetünk strukturált keretek között, feldolgozva egyaránt sikereket és elakadásokat. Mind a moderáló coachok, mind a csoport többi tagja hozzájárul ahhoz, hogy az esethez más szemszögekből is rálásson a helyzetre, megértse saját és ügyfele szerepét, dinamikáját. Mindig az ügyfél és az adott szakmai helyzet van fókuszban. Az esethez megerősödve tovább építközhet a csoporttársak és a moderáló coachok szaktudásaiból. Minden csoporttag számára az egyik leghatékonyabb tanulási módszer.

A workshop során tanított kulcskompetenciák:

- Megfelelés az etikai irányelvek és a szakmai normáknak
- A coach jelenléte
- Tervezés és célkitűzés
- A haladás mérése és a felelősség kérdése

Maximális csoportlétszám

Képzéseinken a maximális csoportlétszám 20 fő.

A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

A Coach Akadémia Vizsgaszabályzata

Sikeres vizsgák elvégzése esetén a Coach Akadémia által hitelesített

KVALIFIKÁLT BUSINESS COACH

megnevezésű diplomát adunk ki.

A kvalifikáció megszerzésének feltétele az osztálytermi képzések 75%-ának, valamint a coaching gyakorlatnak, a szakdolgozatnak és a vizsgának sikeres teljesítése.

I. Coaching gyakorlat:

A 108 órás alapozó képzés elvégzése után a jelölt ingyenes coaching gyakorlaton vesz részt. Ehhez az ügyfeleket a Coach Akadémia biztosítja. Üzleti területen egy ügyféllel kell dolgoznia egyenként legalább 5, legfeljebb 10 alkalommal addig, amíg a kitűzött célt eléri, a Coach Akadémia záró napjától a vizsga napjáig. A munkát osztálytermi csoportos esetmegbeszéléssel (16 óra) és csoportos szupervízióval (16 óra) támogatjuk.

A coaching folyamatról a hallgató írásbeli összefoglalót készít, melyet az ügyféllel is átbeszél. Az ügyfél értékelőlapot tölt ki a coachról. A vizsgára bocsátás feltétele a legalább 4-es átlagú értékelés. Amennyiben a jelölt a gyakorló ügyféltől ettől

rosszabb átlagú értékelést kap, abban az esetben a gyakorlatot meg kell ismételni, ehhez a Coach Akadémia biztosít még egy gyakorló ügyfelet.

II. Vizsgabizottság:

A Vizsgabizottság tagjai a Coach Akadémia oktatói, a vizsgán minimum 2 fővel képviselik a szervezetet, és egyben ellátják a vizsgabizottsági teendőket. A vizsgabizottság a tagjai sorából elnököt választ, aki irányítja és koordinálja a bizottság munkáját.

III. Szakdolgozat és vizsga

1. Szakdolgozat készítése

- a) A szakdolgozat témáját és vázlatát egyeztetni kell a konzulenssel.
- b) Önéletrajzot kérjük csatolni a coaching gyakorlatra való kihelyezés céljából.
- c) A szakdolgozat benyújtásának határideje: a vizsga előtt 14 nappal kell eljuttatni a dolgozatot a konzulensnek elektronikus formában.
- d) Vizsgára az bocsátható, aki a kiírásban szereplő tartalmi és formai előírásoknak megfelelő szakdolgozatot elkészíti.
- e) A szakdolgozat formai követelményei:
 - Word dokumentum
 - Elvart terjedelem: 5-10 oldal (8.000-13.000 karakter)
 - Formai követelmények:
 - A szakdolgozat címe: „A saját coaching koncepcióm bemutatása, különös tekintettel a ...” (kiemelt szakterület megnevezése)
 - Fedőlapon a dolgozat pontos címe, név és anyja neve, dátum, konzulens neve
 - tartalomjegyzék
 - tagolt szerkezet
 - pontos forrásjegyzék (szerző, cím, oldalszám megjelöléssel)
 - szakirodalom pontos megnevezése
 - internetes hivatkozás esetén beazonosítható forrás megjelölés.

2. A vizsga lebonyolítása:

A vizsga egy napon, két fordulóban, csoportokban zajlik. A csoporttagok egyidejűleg vesznek részt egy-egy fordulóban.

1. forduló:

1.1. rész:

A jelölt az általa készített szakdolgozatot megvédi, a vizsgáztatók és a csoport többi tagja által feltett kérdésekre válaszol, így bizonyossággal szolgál, hogy jártasságot és széleskörű ismereteket szerzett a coaching folyamatban s rendelkezik saját coaching koncepcióval.

1.2. rész:

A coaching folyamatával kapcsolatos etikai kérdésekről kérdezzük a jelöltet, és hallgatjuk meg véleményét. A téma részleteiről a képzésen és az ICF Etikai Kódexében tájékozódhat:

<http://www.coachfederation.org/icfcredentials/ethics/>

Az első forduló időtartama vizsgázónként kb. 20 perc.

2. forduló: Beszámoló a coaching gyakorlatról

A vizsgán a jelölt a gyakorló ügyféllel történt munkájáról részletesen beszámol 10 percben a titoktartás szabályait betartva. Értékeli önmagát (mit csinált jól, mit csinálna másképpen), beszámol róla, hogy hova jutott el az ügyfél, milyen kétélyei merültek fel a coaching alkalmas folyamán, milyen tapasztalatokkal, sikerekkel gazdagodott. Részletesen bemutatja a használt módszereket, beszél azok hatásáról saját tapasztalatain keresztül. Értékeli a folyamatot, s beszél arról, hogy a coaching folyamat folytatása esetén, milyen eszközöket használna. Powerpoint diák használata ajánlott a prezentáció során.

A 10 perces beszámoló után 10 percet ad az előadó a csoporttagok és a vizsgáztatók által feltett kérdések megvitatására.

Az összes vizsgázó beszámolója után a jelöltek szakmai esküt tesznek.

a) A vizsga értékelése:

A vizsgán résztvevő személy a teljes vizsga sikeres teljesítése után az alábbi értékelést kapja: **Kiválóan megfelelt, Megfelelt** vagy **Nem felelt meg**

Megfelelt esetén a jelölt diplomát kap és megkapja a Kvalifikált Business Coach címet.

Nem megfelelt esetén ismétlésre van lehetőség.

A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei

Azon hallgatóknak, akik a vizsga követelményeinek eleget tettek (I. előző pont, vizsgaszabályzatban) a Coach Akadémia által hitelesített **KVALIFIKÁLT BUSINESS COACH** megnevezésű diplomát adunk ki.

A képzési program végrehajtásához szükséges személyi és tárgyi feltételek

A személyi és tárgyi feltételeket a Coach Akadémia biztosítja. Az Akadémia oktatói az adott szakterületen több éves gyakorlattal rendelkeznek. A Coach Akadémia biztosítja (bérlő) az oktatáshoz szükséges termet és technikai eszközöket (flip chart, projektor, notebook).