

Coaching tutuksi

Tutkintomestarit ry 22.10.2021

Hilkka Aejmelaesus



Coachingin määritelmiä

”Coaching on ajatuksia herättävä ja luova yhteistyösuhde, jonka tavoitteena on inspiroida asiakasta hyödyntämään kokonaisvaltaisesti henkilökohtainen ja ammatillinen potentiaalinsa.”

ICF Global

Parpei 2008	Henkilökohtainen tulos- ja kehityssuuntautunut valmennusprosessi, joka kohdistuu valmennettavan itsesääätelykykyyn.
Grant 2005	Ratkaisusuuntautunut, tulosorientoitunut ja systemaattinen toimintatapa, jossa valmentaja turvautuu vakiintuneisiin ja tunnustettuihin poikkitieteellisiin teorioihin ja tekniikoihin tukeakseen yksilöiden, ryhmien ja organisaatioiden tavoitteen saavuttamista, suorituksen parantumista, hyvinvointia ja itseohjautuvaa oppimista.
Whitmore 2004	Menetelmä henkilön potentiaalin vapauttamiseksi ja siten oman suorituksen maksimoimiseksi; enemmänkin oppimaan auttamista kuin opettamista.
Fairley & Stout 2004	Yksilöiden välinen interaktiivinen suhde, joka auttaa ihmisiä tunnistamaan ja toteuttamaan persoonalliset ja ammatilliset tavoitteensa nopeammin kuin he omin avuin pystyisivät.
Downey 2003	Taito fasilitoida valmennettavan suorituskykyä, oppimista ja kehittymistä.
Hall et. al. 1999	Käytännöllinen, tavoiteohjautuva, henkilökohtainen ja yksilökeskeinen oppimisprosessi, jossa kehitetään suoritusta.

Coachingin ydinasiat

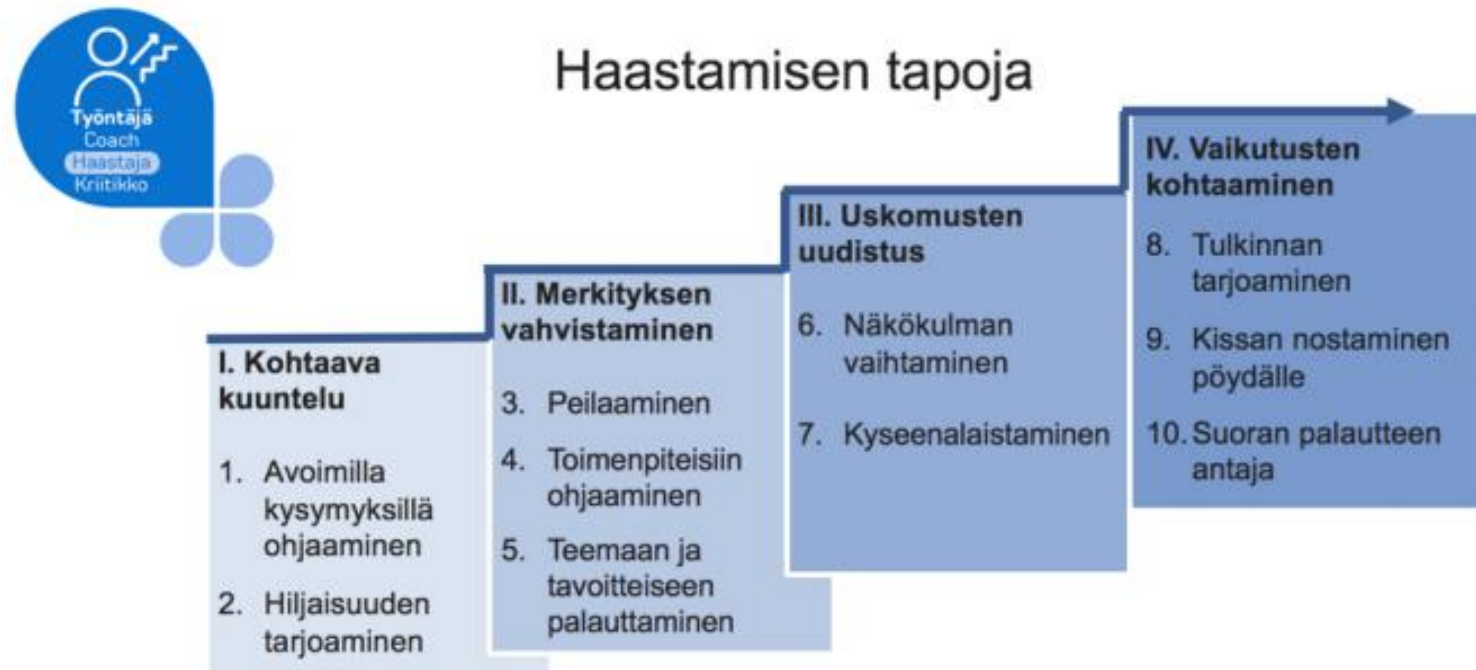
- Coaching pohjautuu valmentavaan otteeseen, joka lisää itseohjautuvuutta ja vahvistaa omaa tekijyyttä
- Päämääränä kehittyminen, suorituksen parantaminen, oppiminen ja tavoitteiden saavuttaminen
- Fokus yksilöissä tai tiimeissä ja heidän potentiaalinsa käyttöön saamisessa
- Coach kuuntelee aktiivisesti ja on läsnä
- Coach rakentaa luottamusta ja turvallisen ilmapiirin
- Kysymysten kautta ajattelun aktivointia, vastaukset toissijaisia

Coachingin ydinasiat

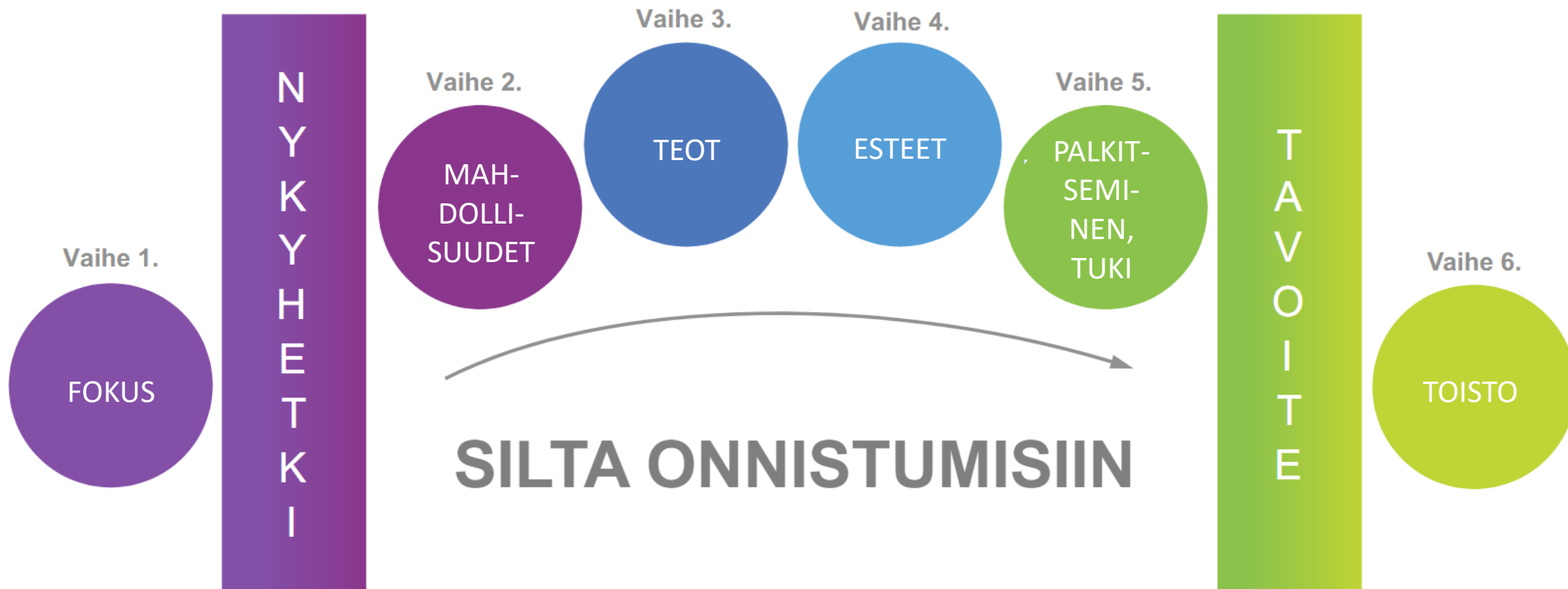
- Coaching on tulevaisuuden työkalu organisaatiomuutokseen ja kehitystyöhön
- Systeminäkökulma laajentaa business coaching -ajattelua
→ ottaa huomioon yksilön lisäksi henkilön toimintaympäristön, mm. taustaorganisaation sekä tiimin, eri vaikuttavat ilmiöt ja suhteet
- Systemisyys tuo näkyväksi organisaation kulttuurin osatekijät ja verkostot

Coaching prosessina

- Haastamalla kohti muutosta, joka alkaa ajattelun muutoksesta ja jatkuu sen jälkeen kohti toiminnan muutosta.



Pilari-malli: Valmentavan johtajan työkalu



Coachin ydinkompetenssit

- ICF-coachin ydinkompetenssi #1:
Osoittaa eettisten ohjeiden tuntemista ja niiden noudattamista
→ keskustelut aina luottamuksellisia

ICF Globalin listaamat coachin ydintaidot määritelmineen

A. PERUSTA

1. Toimii eettisesti

Määritelmä: Ymmärtää coachingin eettiset säännöt sekä ammatilliset vaatimukset ja noudattaa niitä.

2. Ilmentää coachingin ajattelutapaa

Määritelmä: Soveltaa ja kehittää ajattelutapaa, joka on avoin, utelias, joustava ja asiakaskeskeinen.

B. YHTEISTYÖSUHTEEN LUOMINEN

3. Luo ja päivittää sopimukset

Määritelmä: Sopii selkeästi coaching-suhteesta, prosessista, suunnitelmista ja tavoitteista yhdessä asiakkaan ja keskeisten sidosryhmien kanssa. Sopii näistä asioista coaching-prosessin ja jokaisen tapaamisen osalta.

4. Rakentaa luottamusta ja turvallisuutta

Määritelmä: Luo yhdessä asiakkaan kanssa turvallisen, kannustavan ympäristön, missä asiakas voi vapaasti jakaa ja käsitellä haluamiaan asioita. Ylläpitää yhteistyösuhdetta, joka perustuu keskinäiselle arvostukselle ja luottamukselle.

5. On läsnä

Määritelmä: on tietoinen ja läsnä olemalla avoin, joustava, maadoittunut ja varma.

C. VAIKUTTAVA VIESTINTÄ

6. Kuuntelee aktiivisesti

Määritelmä: Keskittyy siihen, mitä asiakas sanoo tai jättää sanomatta ymmärtääkseen täysin viestin merkityksen asiakkaan kontekstissa ja tukeakseen asiakkaan itseilmaisua.

7. Herättää tietoisuutta

Määritelmä: Edistää asiakkaan oivalluksia ja oppimista erilaisin työvälinein ja menetelmin, kuten vaikuttavalla kysymisellä, hiljaisuudella, vertauskuvilla tai analogioilla.

D. OPPIMISEN JA KASVUN TUKEMINEN

8. Edistää asiakkaan kasvua

Määritelmä: Vie opit ja oivallukset toimenpiteiksi yhdessä asiakkaan kanssa. Tukee asiakkaan itsenäisyyttä coaching-prosessissa.

Haluatko kokeilla coachingia?

- Haluatko tietää lisää?
- Varaa keskusteluaika, autan sinua mielelläni!
- Coaching-keskustelu onnistuu hyvin virtuaalisesti esim. Teamsin välityksellä tai F2F



Hilkka Aejmelaeus
hilkka.aejmelaeus@gmail.com
044 987 8461



Kiitos mielenkiinnostanne!