

### Program szkoleń w ramach projektu

#### „Coaching i NLP w biznesie - podnoszenie kwalifikacji przedsiębiorstw z regionu Lubuskiego”

#### CZYM JEST COACHING?

Coaching to metoda pracy, która jest nastawiona na osiągnięcie marzeń, celów, które sobie zakładamy. To narzędzie, które rozwija potencjał osoby korzystającej z procesu, pomaga lepiej zrozumieć siebie samego, zwiększa wydajność i przyspiesza rozwój osobisty. Coaching to najskuteczniejsza metoda kierowania rozwojem własnym lub pracowników.

Uczestnicy w trakcie szkolenia zdobędą kompetencje do wykonywania zawodu coacha poprzez aktywne uczestnictwo w ćwiczeniach, scenkach oraz rozwiązywania case study. Pozostałymi metodami szkoleniowymi są: praca w podgrupach, dyskusja moderowana, prezentacja oraz mini wykłady. Szkolenie prowadzone jest w sposób dynamiczny i ciekawy. Opieramy się na rzeczywistych sytuacjach z pracy uczestników w celu zwiększenia poczucia realności sytuacji, w której pracuje coach. Podejście to sprzyja autentycznej pracy coacha z podopiecznym na szkoleniu.

#### Uczestnicy dzięki spotkaniom:

- Rozwiną umiejętność aktywnego wspierania rozwoju podwładnych
- Będą w stanie dobrać działania rozwojowe do rzeczywistych potrzeb podopiecznych
- Rozwiną umiejętność precyzyjnego, motywującego udzielania informacji zwrotnych
- Nabędą wiedzę na temat narzędzi stosowanych przez coacha: superwizja, modelowanie
- Zrozumieją znaczenie stałego monitorowania postępów w rozwoju zawodowym podopiecznych
- Rozwiną umiejętność przeprowadzania rozmów coachingowych z pracownikami
- Rozwiną umiejętność posługiwania się różnymi stylami prowadzenia coachingu

#### PROGRAM TRENING COACHING

Proces szkoleniowy będzie prowadzony wg wymagań Vocational Competence Certificate VCC, oparty o standardy ICF Międzynarodowej organizacji zrzeszającej coachów w ponad 81 krajach.

#### Projekt obejmuje następujące etapy:

- sesja przygotowująca (16 h)
- sesja przygotowująca (16 h)
- certyfikowana sesja- Program aprobowany przez International Coach Federation (27 h)
- certyfikowana sesja - Program aprobowany przez International Coach Federation (27 h)
- certyfikowana sesja - Program aprobowany przez International Coach Federation (27 h)

oraz

- Sesja mentorska grupowa (10h)
- Indywidualne sesje mentorskie (8h)

- Praca indywidualna beneficjenta (ok. 100h)
- Egzamin

## Charakterystyka warsztatów:

### I i II SESJA PRZYGOTOWUJĄCA: Coaching - warsztat wprowadzający

- Czym jest dla mnie coaching?
- Kim jest coach? - Postawa i kompetencje coacha;
- Dylematy etyczne coacha - Kodeks Etyczny wg. International Coach Federation;
- Czym jest coaching w organizacji? - zarządzanie wiedzą i rozwojem w organizacji, indywidualne rozwijanie pracowników, jak przekonać organizację do coachingu;
- Odkrywamy siebie - metoda SMART, umiejętność stawiania celów pozytywnych, doprecyzowanie celów, definiowanie własnych zasobów i określanie możliwości ich realizacji, definiowanie własnych wartości oraz określanie sposobów ich realizacji i przejawów, inteligencja emocjonalna, poziomy logiczne Diltsa;

### III CERTYFIKOWANA SESJA: „Coaching – możliwości rozwoju”

#### I DZIEŃ:

- Czym jest coaching - definicje i rodzaje coachingu
- Coaching jako proces - etapy procesu coachingu

#### II DZIEŃ

- Wybrane kompetencje coacha wg. standardów International Coach Federation - aktywne słuchanie, zadawanie trudnych pytań, zawieranie kontraktu z klientem, budowanie relacji z klientem opartych na zaufaniu, komunikacja werbalna i niewerbalna

#### III DZIEŃ

- Rozliczanie efektów coachingu - udzielanie informacji zwrotnej, metody mierzenia efektywności coachingu - czterostopniowa skala Kirkpatricka
- Możliwości rozwoju ścieżki kariery coacha - dostępne szkoły coachingu i akredytacje

### IV CERTYFIKOWANA SESJA: „Coaching for leadership”

#### I DZIEŃ

- Coaching a inne dyscypliny - różnice między coachingiem a innymi dyscyplinami
- Model GROW w coachingu - etapy modelu GROW w procesie coachingu

#### II DZIEŃ

- Kompetencje coacha według standardów International Coach Federation - Etyka w pracy coacha; Planowanie i ustalanie celów; Aktywne i odważne zadawanie pytań; Kształtowanie

relacji coacha w zależności od typu osobowości klienta; Proces zmian w procesie coachingowym;  
Aktywne słuchanie.

## III DZIEŃ

- Wybrane narzędzia coachingowe - Narzędzia do oceny sytuacji
- Rozwój coachingu w Polsce - Szerzenie świadomości coachingowej w Polsce

## V CERTYFIKOWANA SESJA: „Coaching – budowanie świadomości”

### I DZIEŃ

- Czym jest dla mnie coaching? (zrozumienie zjawiska i motywacje do bycia coachem, struktura procesu coachingu)
- Modele stosowane w coachingu (proces komunikowania się, uczenia się oraz zmiany)
- Narzędzia stosowane w coachingu

### II DZIEŃ

- Wybrane kompetencje coacha (budowanie świadomości, planowanie i ustalanie celów, bezpośrednia komunikacja, wspieranie projektowania działań)
- Budowanie doświadczenia (indywidualne sesje coachingowe)
- Rozwój coacha (możliwości rozwoju i doskonalenia umiejętności)

### III DZIEŃ

- Wybrane kompetencje coacha cd. (wspieranie projektowania działań)
- Budowanie doświadczenia (indywidualne sesje coachingowe)

## TRENING NLP ( Neurolinguistic skills in Business)

NSB wpływa na wydajność , skuteczność radzenie sobie w trudnych sytuacjach, komunikację, lepszą dostępność zasobów i umiejętność programowanie siebie na osiągnięcie jak najlepszych rezultatów w pracy życiu osobistym. Trening obejmuje 20 h i kończy się uzyskaniem certyfikatu NSB. Szkolenie obejmuje następujące rodzaje NLP:

- NLP w biznesie
- NLP w sprzedaży
- NLP w zarządzaniu
- NLP w negocjacjach
- Narzędzia NSB
- Etyka pracy narzędziami NSB
- Kodeks NSB
- NSB w coachingu