

## **Opis kursu - Dyplom Praktyka Coachingu (Practitioner Coach Diploma)**

### **W ramach opłaty za kurs zawiera się:**

- materiały szkoleniowe i cały proces dyplomowanego kursu coachingu wraz z 7 godzinami mentoringu, 3-dniowym kursem stacjonarnym w Oxford, noclegi i wyżywienie w Oxford, egzaminy akredytacyjne;
- możliwość dożywotniego udziału w 3-dniowym kursie bezpłatnie w kontekście części merytorycznej (bez noclegów i wyżywienia);
- dożywotni dostęp do strefy akredytowanych członków Noble Manhattan coaching, czyli m.in. artykułów, nagranych sesji coachingowych, nagranych wykładów, strefy bezpłatnego wsparcia coachingowego, usług wsparcia coachów Noble Manhattan;
- 4 międzynarodowe akredytacje – Noble Manhattan Coaching, European Coaching Institute, Chartered Manahement Institute, International Leadership & Management;

### **TRZYDNIOWY KURS STACJONARNY (Certyfikat Umiejętności Coachingowych)**

Omawiane tematy:

#### **Dzień pierwszy**

- Model Coachingu T.G.R.O.W.
- Umiejętność aktywnego słuchania
- Udzielanie informacji zwrotnej
- Wyjaśnienie roli relacji coach – klient
- Rozwój praktycznych umiejętności skutecznego coachingu
- Przeniesienie dobrych zachowań ze szkolenia na relację coach – klient
- Poznanie metod proaktywnego osiągania celów i rozwiązywania problemów
- Poznanie sposobów określania tematów, które będą podlegać coachingowi
- Zrozumienie istotności pomocy klientom w rozważaniu alternatyw i dokonywaniu wyborów
- Model Coachingu Partnerskiego
- Równowaga pomiędzy pobieraniem, a popychaniem
- Cechy idealnego coacha
- Analizy sytuacji z życia
- Zrozumienie barier w coachingu
- Zbudowanie planu rozwoju osobistego poprzez coaching
- Poznanie „dobrych praktyk” we współczesnym środowisku coachingowym
- Nabycie umiejętności gwarantujących sukces w coachingu

#### **Dzień drugi**

- Nauka coachingu jako techniki podnoszącej poziom osiągnięć
- Poznanie sposobów generowania większej liczby twórczych pomysłów i strategii wcielania ich w życie
- Nauka coachingu ukierunkowanego na podniesienie jakości życia

- Nauka większej swobody coachingu i podwyższonej łatwości adaptowania się do zmian
- Nauka coachingu zorientowanego na zredukowanie stresu
- Ćwiczenie umiejętności aktywnego słuchania, rozpoznawania i szybkiego reagowania na potencjalne przeszkody i problemy
- Nabycie umiejętności rozpoznawania niedostatecznego poziomu umiejętności u innych i zmieniania sytuacji na lepsze
- Poznanie serii nowych, sprawdzonych technik transformacyjnych wykorzystywanych przez coacha w swojej pracy
- Pogłębienie rozumienia swojego umysłu oraz rozwój umiejętności obserwowania go i sterowania nim
- Mistrzowskie opanowanie kluczowego zestawu różnic stymulujących swobodne, kreatywne myślenie
- Poznanie metod odkrywania i rozwijania potencjału drugiego człowieka poprzez sponsoring
- Nabycie podstawowej wiedzy na temat systemowego podejścia do coachingu
- Modele Disney'a
- Technika Miracle Question
- Wzorce ruchów gałek ocznych
- Money Clinic – zmiana przekonań dotyczących zamożności
- Od przekonań, przez konflikt, do integracji
- Poziomy logiczne umysłu
- Ograniczające przekonania oparte o presupozycje
- Skrypt zmiany przekonań
- Konflikty przekonań
- Linia czasu

### **Dzień trzeci**

- Zwiększenie świadomości roli samooceny w coachingu
- Rozpoznawanie poziomów samooceny
- Praktyki coachingowe podnoszące samoocenę
- Zrozumienie wagi podstawowych wartości
- Zrozumienie związku pomiędzy wartościami, a celami
- Praktyki w coachingu służące identyfikacji podstawowych wartości
- Wyodrębnianie wartości - ćwiczenie
- Rozpoznanie związku pomiędzy wartościami i wizją, a osiągnięciem celów
- Stosowanie coachingu wobec klientów celem rozpoznania ich wizji
- Czym są cele?
- Stosowanie coachingu wobec klientów celem wyznaczenia celów
- Budowanie planu działania
- I OCZYWIŚCIE, BARDZO DOBRA ZABAWA!!!

## **KURS EKSTERNISTYCZNY (Certyfikat Umiejętności Coachingowych)**

### **Program kursu**

#### **Podręczniki do samodzielnej nauki**

Seria rozbudowanych podręczników do samodzielnej nauki, obejmująca następujące zakresy tematyczne:

- Umiejętność aktywnego słuchania
- Umiejętność zadawania pytań
- Umiejętności konwersacyjne
- Wartości

- Przekonania
- Model TGROW
- Budowanie raportów
- Podnoszenie samooceny
- Wyznaczanie celów
- Osiąganie celów
- Etyczny coaching
- Analizy przypadków

### **Podręcznik główny**

Książka 'Co-Active Coaching' autorstwa Laury Whitworth, Henry'ego Kimsey-House i Phila Sandahl prezentuje cenny wgląd w metody i modele coachingu oraz pozwala zapoznać się z zestawem umiejętności coachingowych. Obejmuje również przykładowe skrypty coachingowe i wszechstronny zestaw narzędzi coacha w postaci formularzy, szablonów, porozumień i umów.

### **Telekonferencje**

Telekonferencje służą uzupełnieniu nauki własnej w oparciu o podręczniki. W ich trakcie omówione zostaną wszystkie przedstawione powyżej tematy, co umożliwi uczestnikom głębsze zrozumienie i docenienie rangi przedstawianych zagadnień. Telekonferencje są nagrywane i przechowywane w archiwum, aby studenci mogli mieć do nich dostęp w sposób dla nich dogodny. Otwarty i nieograniczony dostęp do takiej biblioteki wykładów informacyjnych gwarantuje możliwość wracania do wybranych tematów w dowolnym momencie, co jest użyteczne zwłaszcza w chwili, gdy coach zaczyna potrzebować wiedzy z określonej dziedziny.

Prowadzącym telekonferencje jest zazwyczaj Gerard O'Donovan, bierze w nich również udział zespół naszych 30 senior i master coachów (wszyscy z nich posiadają akredytację ECI), którzy są ekspertami w danym obszarze coachingu.

Tematy poruszane w trakcie telekonferencji to:

- Cztery filary coachingu
- Model coachingu T.G.R.O.W.
- Umiejętność aktywnego słuchania
- Umiejętność zadawania pytań
- Cele
- Samoocena
- Budowanie raportów
- Wartości
- Etyka
- Przekonania
- Prowadzenie sesji z klientami
- Inteligencja emocjonalna
- Przewycięzanie różnorodności
- Przyciąganie i dobrostan
- Rytm coachingu

(Oprócz tego nasi studenci mają dostęp do archiwum ponad 200 godzin już odbytych telekonferencji).

### **Coaching Mentorski**

Telekonferencje dają ci bezcenną możliwość przećwiczenia swoich umiejętności coachingowych w



bezpiecznym środowisku, otrzymując pomoc, wsparcie i wskazówki w postaci natychmiastowej informacji zwrotnej ze strony coacha – mentora. To doświadczenie jest jedną ze składowych intensywnego procesu uczenia się poprzez prywatną uwagę ze strony doświadczonego coacha poświęcaną tylko i wyłącznie tobie.

Twój coach – mentor zostanie ci przydzielony na początku kursu i kolejne siedem sesji coachingowych możesz ustalić już bezpośrednio z nim. Mogą one zostać zaplanowane w taki sposób, aby nie kolidowały z twoimi zobowiązaniami i ograniczeniami czasowymi.

Ocena twojej praktyki coachingowej odbywa się podczas ostatniej sesji. Twój coach – mentor oceni twoje działania coachingowe w odniesieniu do wyszczególnionych kryteriów i poinformuje cię natychmiast, w jakim stopniu opanowałeś wymagane poziomy umiejętności.

### **Praca pisemna**

Podczas kursu zostaniesz poproszony o przedstawienie określonej liczby prac pisemnych, esejów opisowych i pracy dyplomowej. Prace te mają stanowić pisemny dowód twojej wiedzy i poglądów na coaching. Możesz przedstawić prace w dowolnym momencie, gdy będziesz czuł się do tego gotowy, a następnie pracować dalej w swoim własnym tempie aż do ukończenia kursu.

Niemniej jednak, jako firma troszcząca się o swoich klientów, jesteśmy świadomi faktu, że wielu naszych klientów nie spotkało się z sytuacją, w której musieli napisać jakąkolwiek pracę, przez dłuższy czas (liczony nawet w latach!). W związku z tym łagodnie i empatycznie coachujemy każdego z uczestników przez cały ten proces.