**Coach - towarzysz w drodze do sukcesu**

**Malują przed nami kuszącą wizję sukcesu i przekonują o nieograniczonych pokładach możliwości, które wystarczy jedynie odkryć.**

**Zachęcają do wiary w siebie oraz motywują do działania i samodoskonalenia. Możemy ich spotkać niemal na każdym kroku, zawsze gotowych do dzielenia się pozytywną energią i dobrą radą. O kim mowa? Oczywiście o coachach.**

**Na czym polegają i do kogo kierowane są usługi coachingowe?**

Głównym zadaniem w tej profesji jest inspirowanie ludzi do podejmowania działań, które z kolei w przyszłości mają zaowocować osiągnięciem założonego celu. Coachowie dokładają wszelkich starań, aby pomóc swym klientom odkryć ich potencjał oraz możliwości, o których sami zainteresowani często nie mają pojęcia. Współpracy z coachem nie należy jednak mylić z wizytą u terapeuty. Coach koncentruje się na teraźniejszości oraz przyszłości, nie skupiając się przy tym na wcześniejszych doświadczeniach i przeżyciach danej osoby.

*Coaching jako metoda pracy rozwojowej sprawdza się w sytuacji planowania i przeprowadzania zmiany. Może dotyczyć poprawy poziomu funkcjonowania w znanych obszarach, jak również rozpoczynania nowego działania (np. nowa praca, nowe stanowisko). Proces szkolenia sprawdza się również w sytuacjach konieczności kreatywnego poszukiwania nowych rozwiązań. Jest to planowany proces rozwoju i zmiany. Coach, w odróżnieniu od doradcy lub konsultanta, wspiera Klienta w podjęciu decyzji, ale nie dostarcza właściwego rozstrzygnięcia, nie formułuje rozwiązań. -* **mówi nasz gość, Pan Sebastian Szenrok, coach w Centrum Psychologiczno-Coachingowym Inspeerio.**

Odpowiednia postawa i profesjonalizm coacha prowadzą do wzmocnienia poczucia własnej wartości i siły u osób, korzystających z jego usług. Klientami są osoby, które dążą do osiągnięcia sukcesu w danym obszarze życia zawodowego lub osobistego, gotowe do samodoskonalenia i zadbania o rozwój osobisty. Warto jednak zaznaczyć, że to właśnie usługobiorca ponosi pełną odpowiedzialność za swoje decyzje i czyny oraz ich przyszłe efekty. To do niego należy wybór, czy zastosuje się do rad i sugestii.

**Relacje to podstawa**

W pracy coacha niezbędne jest posiadanie odpowiednich predyspozycji, które pozwolą na budowanie szczerych, opartych na wzajemnym szacunku i zaufaniu, relacji.

Konieczne jest nastawienie na partnerstwo oraz wspólny wysiłek, który ma doprowadzić do realizacji wyznaczonego celu. Do cech “idealnego” coacha zaliczają się m.in.:

l uczciwość,

l zmysł obserwacji,

l obiektywizm,

l kreatywność,

l pozytywne nastawienie,

l empatia,

l pewność siebie oraz wpływowość.

*Najważniejsze predyspozycje w profesji coacha to kompetencje osobiste, wiedza i umiejętności, aby pomóc i nie zaszkodzić. W pierwszej linii podkreślę wiedzę i umiejętności. Obecnie na rynku szkoleniowym jest wiele kursów coachingu, w tym weekendowych czy korespondencyjnych, które kończą się nawet różnymi certyfikatami. Osoba po takim kursie nie powinna jednak przedstawiać się jako profesjonalny coach i funkcjonować w takiej roli. Coaching jest procesem dotykającym skomplikowanej materii i wymaga za każdym razem indywidualnego podejścia, wiedzy i przygotowania. Oczywiście wskazane jest też regularne korzystanie z superwizji coachingowej z doświadczonym coachem – superwizorem -* **dodaje Pan Sebastian.**

Istnieją różne sposoby komunikowania się z klientem, które są uzgadniane między stronami przed rozpoczęciem współpracy. Osoba, decydująca się na korzystanie ze wsparcia coacha, ma do wyboru kontakt bezpośredni lub za pośrednictwem telefonu, mail’a bądź Skype’a.

**Coaching a wykształcenie**

Choć najważniejsze w tej profesji są naturalne predyspozycje i cechy, warto podkreślić także ogromne znaczenie odpowiedniego wykształcenia. Wybór ścieżek kariery związanych z coachingiem jest szeroki, a ciągły rozwój rynku przyczynia się do rosnącej liczby opcjonalnych specjalizacji, takich, jak: coach sportu, biznesu, relacji, czy zdrowia. Istnieje także wiele możliwości uczestnictwa w rozmaitych szkoleniach i kursach, które pozwalają na uzyskanie dyplomów i certyfikatów, potwierdzających nasze kwalifikacje.

Wiele uczelni wyższych oferuje również kierunki studiów związane z coachingiem. Osoby zainteresowane tą ścieżką kariery mogą kształcić się m.in. w zakresie Trenera Biznesu, Coachingu rozwojowego, Psychologii czy Zarządzania zasobami ludzkimi.

**Wyróżnij się na rynku**

Sami coachowie, jak wspomniano wyżej, zachęcają do ciągłego samodoskonalenia. W celu uniknięcia zarzutów hipokryzji, przedstawiciele tej profesji powinni dbać o rozwój swoich kompetencji i umiejętności. Świetną propozycją sposobu poszerzenia wiedzy oraz zwiększenia posiadanych kwalifikacji jest pakiet narzędzi Teka Coacha. W zestawie można znaleźć m.in: gry symulacyjne, dotyczące procesu nagradzania pracowników oraz test, badający skuteczność przywództwa.

Warto podkreślić, że predyspozycji, charakterystycznych dla specjalisty z dziedziny coachingu wymaga się dziś także od osób obejmujących stanowiska menadżerskie, czy leaderów. Narzędzia dostępne w oferowanym pakiecie mogą służyć więc nie tylko coachom.

**Sebastian Szenrok**, manager, filolog, trener, dyplomowany coach – 1,5 roczne studia podyplomowe na Uniwersytecie SWPS. Posiada wieloletnie doświadczenie biznesowe na stanowiskach managerskich i executive w polskich i międzynarodowych organizacjach. Jako coach zajmuje się głównie tematyką związaną z rozwojem kompetencji, poszukiwaniem efektywności i skuteczności, wprowadzaniem zmian, wypaleniem zawodowym. Związany z centrum psychologiczno-coachingowym inspeerio. Prowadzi spotkania indywidualne i grupowe.