

Компетенция 2: Создание Коучингового Соглашения (Заключение контракта)

1. Коуч помогает клиенту определить или уточнить, чего он/а хочет достичь в этой сессии.
2. Коуч помогает клиенту определить или уточнить критерии измерения успеха результата коуч-сессии.
3. Коуч исследует, что важно и имеет глубокий смысл для клиента в том, чего он хочет достичь в ходе коуч-сессии.
4. Коуч помогает клиенту определить то, что с его точки зрения является необходимым и куда направить свою энергию и достичь то, что он/а хочет, в течение коуч-сессии.
5. Коуч продолжает разговор в направлении желаемого клиентом результата, кроме тех случаев, когда клиент выбирает другое направление.

Компетенция 3: Создание долгосрочных доверительных отношений с клиентом

1. Коуч признает и уважает работу клиента в коучинговом процессе.
2. Коуч выражает клиенту поддержку.
3. Коуч воодушевляет клиента и разрешает ему полностью выразить себя.

Компетенция 4: Коучинговое присутствие

1. Коуч действует, в равной мере основываясь на целостном восприятии клиента как личности, а также на том, что клиент хочет достичь на данной сессии.
2. Коуч наблюдателен, чутко воспринимает и легко откликается.
3. Коуч замечает и исследует изменения энергии клиента.
4. Коуч проявляет любопытство и намерение узнать больше.
5. Коуч сотрудничает с клиентом, поддерживая его в выборе того, что произойдет на коуч-сессии.
6. Коуч сотрудничает с клиентом, приглашая его откликнуться любым способом на вклад коуча, и принимает отклик клиента.
7. Коуч сотрудничает с клиентом, повторяя и суммируя для него те возможности, которые он/а ранее перечислил, чтобы клиент мог выбрать.
8. Коуч поддерживает клиента в том, чтобы он/а

формулировал для себя то, что он/а осознал или то, чему научился.

Компетенция 5: Активное слушание

1. Наблюдения и вопросы коуча индивидуальны для каждого клиента и основываются на том, что коуч узнал, а также на том, кем является клиент, и какова его ситуация.
2. Коуч исследует язык клиента и те слова, которые он/а клиент, а также уточняет, что клиент хочет сказать.
3. Коуч исследует и уточняет эмоции клиента.
4. Коуч исследует тоны голоса клиента, а также подстраивается по скорости и тону голоса в зависимости от ситуации.
5. Коуч исследует и уточняет информацию о поведении клиента.
6. Коуч исследует, как клиент воспринимает свой мир.
7. Коуч хранит тишину и дает клиенту время подумать.

Компетенция 6: Использование сильных вопросов

1. Коуч задает вопросы о клиенте, его/ее размышлениях, предположениях, убеждениях и ценностях, а также потребностях и желаниях.
2. Вопросы коуча помогают клиенту исследовать новые или расширенные способы восприятия и осмысления себя за пределами текущего подхода.
3. Вопросы коуча помогают клиенту исследовать новые или расширенные способы восприятия и осмысления своей ситуации за пределами текущего мнения.
4. Вопросы коуча помогают клиенту исследовать новые горизонты за пределами сегодняшнего мнения в направлении желаемого клиентом результата.
5. Коуч задает ясные, прямые, преимущественно открытые вопросы, один вопрос за один раз и своевременно, что способствует размышлениям и соображениям клиента.
6. Коуч использует в своих вопросах слова клиента и элементы его особенностей восприятия, а также его/ее системы ценностей.
7. Вопросы коуча не направляют, а также не содержат выводов или указаний.

Компетенция 7: Прямая коммуникация

1. Коуч делится наблюдениями, интуицией, комментариями, мыслями и чувствами, чтобы помочь осознанию клиента или движению вперед.
2. Коуч делится наблюдениями, интуицией, комментариями,

мыслями и чувствами без ощущения собственной правоты.

3. Коуч использует слова клиента или слова, которые отражают стиль общения клиента.

4. Слова коуча в целом краткие и ясные.

5. Коуч дает клиенту возможность говорить большую часть коуч-сессии.

6. Коуч дает клиенту возможность договорить, не перебивая, кроме тех случаев, когда коуч делает это намеренно.

Компетенция 8: Создание осознанности

1. Коуч приглашает клиента делиться и/или исследовать то, что он/а узнал(а) на сессии о своей ситуации. (Что)

2. Коуч приглашает клиента делиться и/или исследовать то, что он/а узнал(а) на сессии о себе. (Кто)

3. Коуч делится тем, что он/а заметил относительно клиента и/или его/ее ситуации, и просит клиента также это исследовать.

4. Коуч приглашает клиента рассмотреть, как он/а использует новое знание о себе, полученное в коучинге.

5. Вопросы коуча, интуиция и исследования дают возможность клиенту осознать что-то новое.

Компетенция 9, 10, 11: Создание действий,

Планирование и постановка цели, Управление прогрессом и ответственностью

1. Коуч приглашает клиента исследовать прогресс по направлению к цели клиента на сессию.

2. Коуч помогает клиенту спланировать действия и идеи, которые он/а реализует после сессии для продолжения движения к своим желаемым результатам.

3. Коуч приглашает клиента исследовать свое продвижение вперед, включая, когда необходимо, механизмы поддержки, ресурсы и потенциальные барьеры.

4. Коуч помогает клиенту разрабатывать наилучшие для него/нее методы ответственности.

5. Коуч договаривается с клиентом о том, чтобы завершить сессию.

6. Коуч замечает прогресс клиента и сообщает ему/ей об этом.

