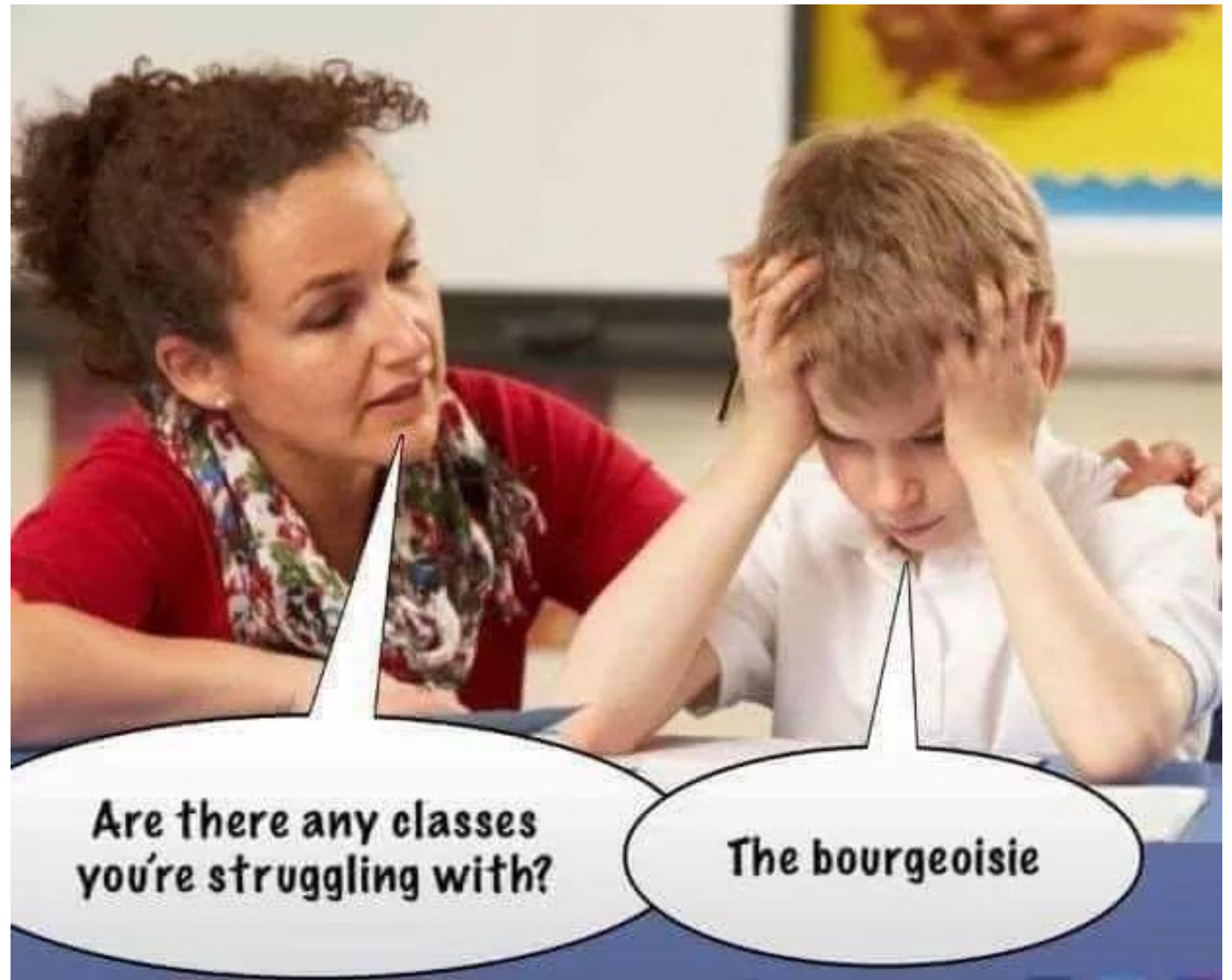


Coaching



Men först!



Men först...

Agila Örebro 2019!

Den 3:e april på Örebro Universitet

Jürgen Appelo

Bjarte Bogsnes

Gitte Klitgaard

1.200:-!



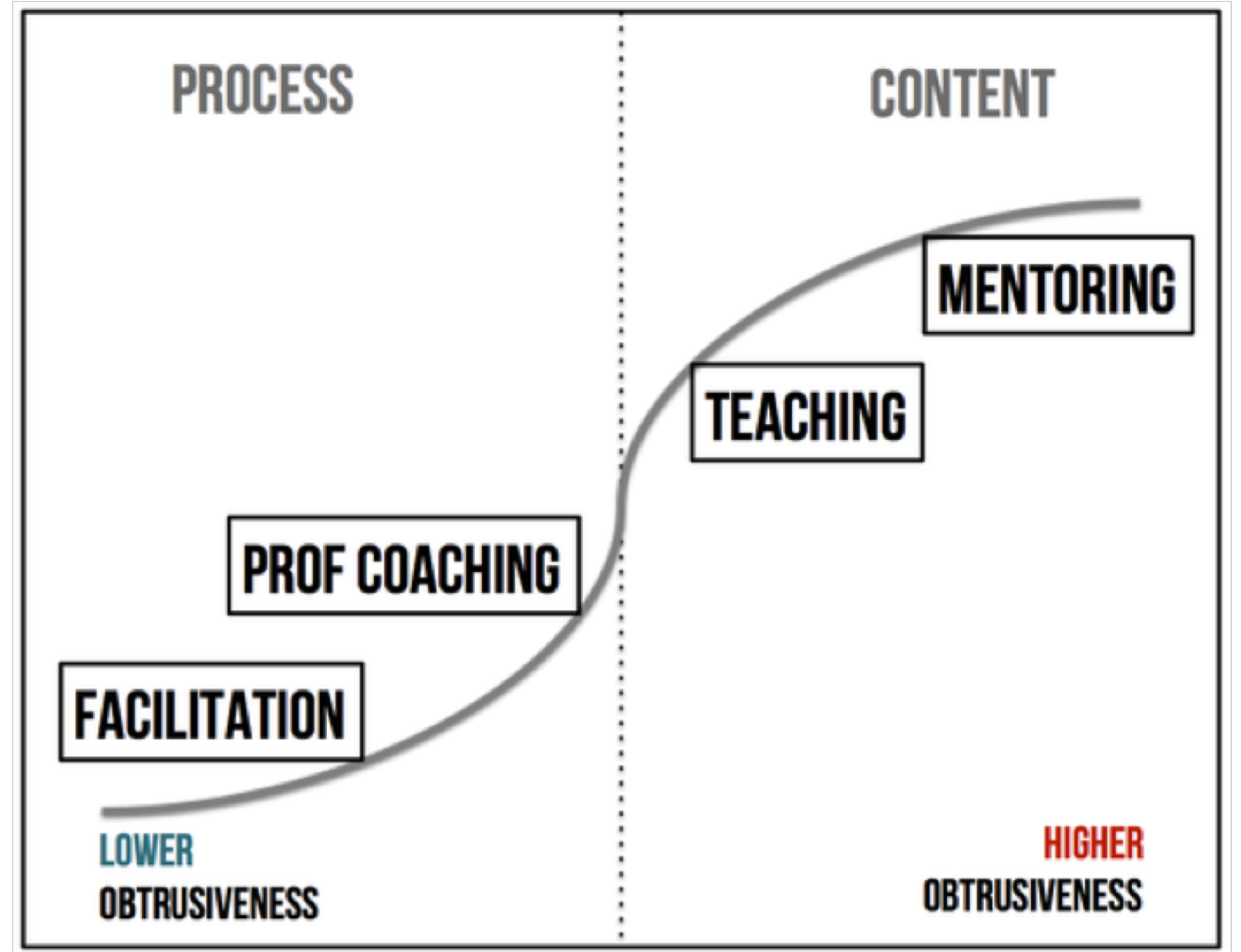
Vad är det?

Coaching is a form of development in which a person called a coach supports a learner or client in achieving a specific personal or professional goal by providing training and guidance.

Coaching differs from mentoring in focusing on specific tasks or objectives, as opposed to more general goals or overall development.



Stances



Shuhari



Några tekniker

Coaching Kata

Motivational Interviewing

Peer Coaching

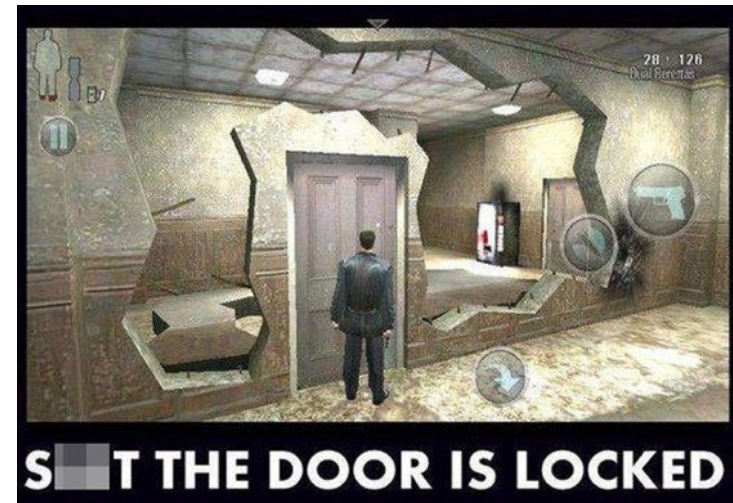
Co-Active Coaching



Coaching Kata

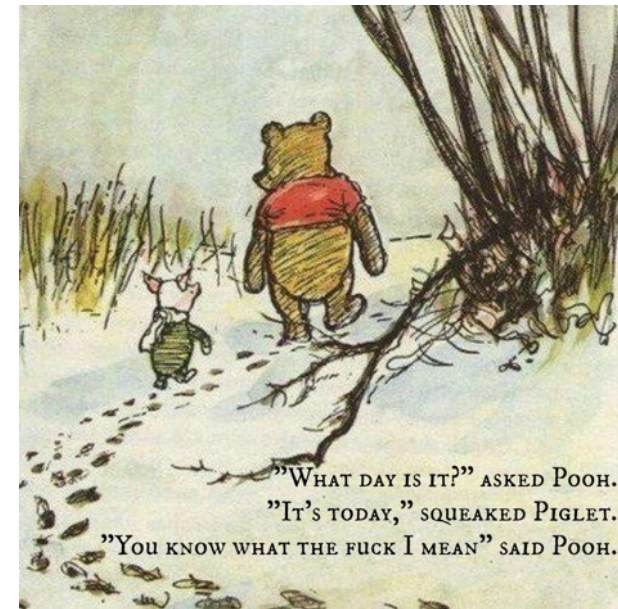
- Hur vill vi att det ska vara?
- Hur är det nu?
- Vilka hinder finns för att nå dit?
- Vad är nästa steg?
- När kan vi utvärdera?

- Vad var det förra steget?
- Vad förväntade du dig?
- Vad hände egentligen?
- Vad lärde du dig?



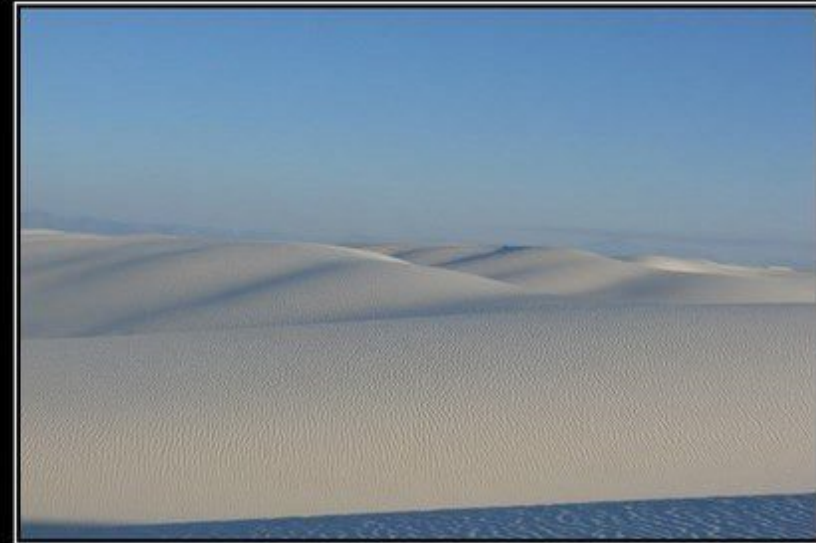
Motivational Interviewing

- Bekräfta
- Öppna Frågor
- Reflektera
- Summera



Peer Coaching

- Sharing
- 360 Degree Feedback
- Learning Buddy



ALONE

Ever get the feeling you are lost and alone?
You're not. There are snakes and scorpions.

Co-Active Coaching

- Nyfikenhet
- Lyssnande
- Intuition
- Självstyre
- Handling-lärande

- Hela människan
- Tilltro till den coachade
- Den coachade styr
- Här-och-nu



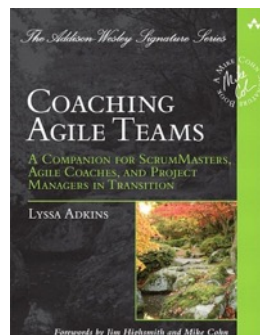
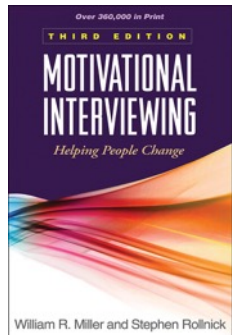
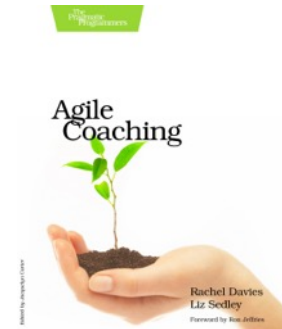
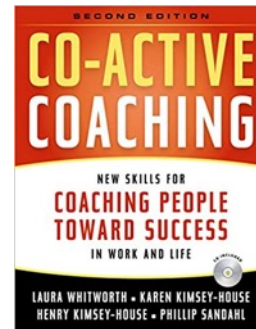
GIVE UP

The only constant in your many failures is you...

Allmänt

- Bra mål
- Iterativt
- Kort och ofta
- Lyssnande och respekt
- Var inte allt för rädd för att komma med lösningar





Boktips

Diskussionsförslag



Ge svar vs. hjälpa andra att hitta svar

Hur holistisk ska man bli?

Vilka coachingtekniker har funkad för dig?

Hur mycket behöver man kunna själv för att kunna coacha?

Vem sätter målen?

Vilka egenskaper har en bra coach?

Hur ofta/hur mycket?

Hur bygger man engagemang & drivkraft för coaching?