

КОУЧИНГЪТ

НЕОБХОДИМОСТ ИЛИ ПРОСТО МОДА?

Заповядайте на среща с Intunity Coaches® на 10.11.2016

Всеки месец организираме дни на отворените врати, на които можете да се запознаете с нас и с Програмата и да се докоснете до въздействието на Intunity Coaches®, като преживеете кратка фасилитация. Темата на следващата ни среща е **"Същността и Саботьорите"**, а входът е свободен. Заповядайте на 10.11.2016 (четвъртък) от 18.30ч в парк-хотел Витоша. За регистрация - натиснете [тук](#)



Следващото издание на Intunity Coaches® стартира през Май 2017

Пътешествието започва отново през май 2017. Регистрацията е отворена, а местата са ограничени. За повече информация - моля, натиснете [тук](#)



Хората имат нужда да се чуят и видят...

Хората нямат нужда от коучинг. Те имат нужда от това да се чуят и видят - най-вече от самите себе си - да намерят решения за различни аспекти от своя живот и да реализират собствения си потенциал. А коучингът? Коучингът просто е един от начините за постигането на това и понастоящем - един от най-ефективните, но без задължително да е "единственият" начин или "панацеята" за всеки или всичко.

Мода ли е коучингът или необходимост? - И да, и не. А защо не и двете?

В същността си коучингът представлява един по-различен, по-богат начин за свързване и общуване със себе си и с другите. Общуване,



В Intunity Coaches® създаваме и пресътворяваме...

собствената си реалност и откриваме **същността на нещата и нещата в същността.**

Преживяването е дълбоко трансформационно, защото - как бихме могли да бъдем Коучове за някого, ако самите ние не се опознаем и разширим?



Споделено от участниците в Intunity Coaches®

"Това бе една съзидателна среда, от която имах щастието да бъда част, създадена от истински професионалисти - хора, отдадени на каузата си." - **Милена Попова, Seeburger**

"Много подаръци и научавания за кратко време. Най-ценното за мен - да вляза в потока на преживяване „отвътре навън“ с толкова нови хора заедно." - **Степа Узунова, AIMS Human**

което е обогатяващо и трансформиращо и за двете страни - с това, че засяга темите и въпросите **в същността** на нещата. И с това, че освен да дава пространство за намиране на важните отговори - отваря и още повече пространство за още и други въпроси. Води към открития и осъзнавания - **за човека и от човека; за себе си и от себе си** - които осветляват търсенето на отговорите по един много елегантен, и същевременно, изключително дълбок начин. И дори само с достигането до тези осъзнавания, човек би могъл да направи квантов скок в собственото си развитие и себе-реализация.

Мода ли е мода или необходимост? - А дали не е възраждане на нещо старо?

Много пъти сме споделяли това наше прозрение, че коучингът и коучинг уменията са всъщност преоткриване и преживяване на



въпросите, които са си задавали още древните философи (да вземем за пример Сократ с неговите Сократови въпроси или пък "Пътят" на Лао Дзъ, или Картезианските въпроси... Декартовото "Страстите на Душата" и много други). Коучинг уменията са **естествени човешки умения** - като напр. това да бъдеш любопитен към опознаването на същността на човека (опознавайки другите, опознаваш и себе си и обратното); да задаваш въпроси, които отварят към себе-изследване и себе-откриване; да създаваш пространство на доверие и близост; да слушаш на дълбоко ниво и пр. **Ние сякаш сме забравили тези умения и посредством коучинга имаме възможността да си ги припомним отново**, като в същото време се отучим от някои вредни навици и модели, които са такава неизменна част от настоящия живот, че дори не си даваме сметка за това. Навици като това да даваме съвети на другите, да ги съдим за едно или друго или да казваме на някого как да живее живота си. *А всъщност, кой съм, че да знам как ти да живееш живота си, когато дори аз понякога не знам за себе си?*

Аналогично на горното, самият коучинг процес предоставя възможността и пространството човек да **си припомни КОЙ е той всъщност** - като преосмисли себе си - **и да открие ресурсите**, заложен в него, с които да реализира живота си по начин, който е автентичен, богат и изпълнен със смисъл. В този процес клиентът се "отучва" от навици и модели на мислене и поведение, които го спират да реализира пълния си потенциал, и започва да създава нови - които да го придвижват напред. Научава се да разпознава и да преодолява пречките по пътя си, както и да различава и привлича това, което работи за него. Така, в процеса на коучинга, той се "учи" - от себе си и за себе си.



Самият въпрос "Дали е мода или необходимост?" подсказва, че последно време коучингът придобива все по-широка популярност, което е видимо и в България.

Понастоящем наблюдаваме как темпът на развитие на всякакви нива - в бизнеса, икономиката и обществото - се увеличава все повече, със скорост близка до "скоростта на светлината". Промените се случват все по-бързо около нас, а това рефлектира и върху човека. **Развитието на човечеството акселефира, времето сякаш се забързва.** Прави ли ви впечатление колко много "специалисти по човешките въпроси" се появили напоследък? Колко много курсове и публикации има в интернет, отнасящи се до търсенията на човека и екзистенциалните въпроси. До това как да живеем по-балансирано, как да постигаме и "задържаме" щастието. Или как да бъдем по-ефективни в постигането на целите си и да управляваме живота и приоритетите си по-добре.

И в това няма нищо чудно. Даже напротив. В свят, в който всичко започва да се движи с бясна скорост, завръщането към същностните въпроси и изконните ценности е неминуемо, и в същността си - е напълно естествен процес. Това е като да се движиш със скоростта на светлината и в един момент ставаш едно със Сътворението. Е, Сътворението това сме ние - човечите. Които започваме да си задаваме важните въпроси: Това моето нещо ли е? Какво ме прави щастлив? И какво още бих могъл да направя с живота си?

Неколкократно сме споделяли нашата мечта - един ден до всеки човек да има коуч - за да има повече щастливи хора около нас. А представете си свят, в който хората живеят и общуват на това по-различно ниво и поемат отговорност за себе си и собственото си щастие. И това време според нас не е далеч, но отново е въпрос на избор - от страна на човека и на човечеството като цяло.

Бизнес страната на коучинга

От гледна точка развитието на тази професия, силната популяризация на коучинга в България и напливът на "коучове" са напълно нормални и обясними и са подчинени на много проста бизнес логика. Барьерите за навлизане на този пазар са сравнително ниски, а търсенето (на щастие и себе-реализация) - голямо, поради силния ефект от коучинга и възможността да постигнеш желаните резултати по-бързо. Случвало се е и преди в други държави - случва се сега и при нас. И това за нас е радващо, тъй като - ако се предоставя качествено услугата "коучинг" - това би довело

до повече будни, осъзнати и щастливи хора. А колкото повече щастливи хора има около нас - толкова по-добре за всички ни.

И както има прилив, така в един момент очакваме да има своеобразен отлив от страна на предоставящите коучинг услуги. Защото въпреки ниските бариери за навлизане, това е професия, която изисква постоянна отдаденост и много вътрешна работа - за да може качеството на услугата да бъде високо. И защото - също като при занаятчиите, лекарите или артистите - самият Коуч е "продуктът". А качеството на неговите услуги се проявява през това *кой е той* като човек, личност и същност и как развива собствения си потенциал.



Корпоративният коучинг и коучингът в организациите - смисъл и ползи

По какъв начин коучингът е полезен за организациите? За кого? И как? Каква е разликата с една HR или консултантска компания, която търси проблемите и дава и реализира решения?

Едно от ключовите предизвикателства, с което се сблъкват съвременните организации и техните лидери, е свързано с необходимостта от проявата на **гъвкавост при изпълнението на корпоративните стратегии и взимането на бързи решения, в отговор на постоянно променящата се среда - вътрешна и външна**. Като едновременно с това не се изпуска **фокусът върху същественото за организацията - дългосрочната ѝ визия и устойчивото ѝ развитие**.

Жонглирането и "мултитаскингът" (ако и да развиват гъвкавост и да дават усещането за стабилност и "все-можене") вече не са подходящото решение за съвременния лидер. И обикновено - след многократни опити да решат "проблемите" си с въвеждането на нови или още процеси и процедури,

наемането на повече хора или провеждането на множество обучения, все със същия резултат - по-смелите и прозорливи лидери достигат до осъзнаването, че *единственият начин да се движат по-бързо и да бъдат в крак със случващите се промени, е като се "разтоварят". И като се доверят на хората си по места и им предоставят пространството* те също да бъдат активни съ-творци в придвижването на организацията напред.

Обикновено се случва самата система да започне да изисква от лидерите си да направят тази промяна. Организацията, също като човека, е единна система, която води собствен живот и се движи по собствени правила, които до голяма степен са невидими. Така и от съвременния лидер се иска да бъде "невидим". Той е там, за да направлява движението на организацията в пазарното пространство - да държи курса и да го променя, съобразно



обратната връзка, която получава от пазара, и визията за организацията. За целта са нужни умения да наблюдава и разчита сигналите от средата и да усеща пулса на пазара и на системата, които са от съществено значение за просперитета на организациите.

Всичко това е - което дава коучингът. Било то предоставено като услуга за мениджърите и хората в организацията или приложено като подход на управление от страна на самите тези мениджъри, лидери и хора в организацията. **Коучингът връща отговорността там, където тя принадлежи, а именно, в ръцете на човека - мениджър или екип.** Провокира индивида или екипа сам да стигне до своите отговори и да намери **своя начин за реализиране на целите и да вземе точните решения, които биха работили за него в този момент.** И в резултат, **въздейства овластяващо и съзидателно,** защото човек намира силата в себе си и повишава своята увереност - не на базата на външни и краткотрайни фактори, а благодарение на осъзнаването за вътрешните си ресурси и своя безграничен потенциал.

Как работи коучингът?

Как така чужди един на друг хора могат да се доверят един на друг? Как се отключва АЗ-ът на един човек и какво става, когато коучът си тръгне от компанията?

В коучинга Клиентът е експертът в собственият си живот или работа. А Коучът е експерт в това да бъде Коуч и да прилага принципите на коучинга (чието проявление са специфичните коучинг умения и компетенции), като същевременно направлява коучинг процеса в **равностойно партньорство** със своя Клиент. Всичко това, в комплект, създава така силния ефект от коучинга - а именно, възможността за постигането на желаните резултати и себе-реализацията от страна на клиента.

За коуча, клиентът е като "бял лист", на който самият той проектира визията за себе си и сътворява живота си - изцяло по свой образ и подобие. Поставя *своите* въпроси и дава *своите* отговори. Намира *своите* решения. На този "бял лист" коучът твори с присъствието си и вярата си в това, че клиентът може сам да достигне до своите отговори и да намери и реализира решенията си. Затова и колкото "по-чист" е коучът по отношение на своя клиент, толкова по-въздействащо е коучинг взаимоотношението.

Тук **ключът е в равностойното партньорство**, което двамата (коуч и клиент) създават. Те може да са "чужди" един на друг, но **причината и предназначението, с които влизат в това партньорство - е това, което ги обединява и придвижва** към реализирането на коучинг целите в процеса - а това са визията и целите, които клиентът си поставя. Коучингът работи, защото в това партньорство няма осъждане, а има вяра. Няма съветване, а има провокиране към изследване. Няма готови отговори, а има въздействащи въпроси.

В контекста на организациите, **външният коуч е довереният събеседник и партньор в търсенето и намирането на точните решения.** Той не е обременен от историята на клиента или от детайли за организацията, нито пък взема отношение по поставяните от клиента въпроси. Това създава защитена среда, в която клиентът има свободата да изследва и да експериментира, като същевременно опознава себе си в

дълбочина. И именно това, че **коучът "не знае"** - дава възможност на **клиента "да познае"** своите отговори и да направи своите избори.

Обратно на това в обичайните разговори, когато "познаваме" човека отсреща или ни е грижа за него - бързаем да му "помогнем", като му дадем съвет. Или чуваме и отговаряме директно с решение, което *според нас* би работило - дали защото сме минавали през подобни ситуации или просто защото сме креативни и можем да измисляме решения... Това обаче по никакъв начин не помага на **човек да бъде собственик на своите решения и капитан на своя живот**, а още по-малко - да го стимулира да повярва в собствения си потенциал и сила и да предприема смели действия.

Работата на коуча не е да направи своите клиенти "зависими" от него, като мисли, чувства и действа вместо тях. Точно обратното - неговата роля е да направи така, че **клиентът сам да отключи потенциала си и да открие собствените механизми и начини да се свързва със своите ресурси и мъдрост и да реализира целите и намеренията си.** - Така щото, когато коучът си свърши работата и "си тръгне" от компанията, клиентите му да си кажат: *"Браво на нас! Справихме се сами!"*

*"Добрият лидер е този, чието присъствие не усещаме. Когато работата е свършена и целта е постигната, хората ще кажат:
"Браво на нас! Справихме се сами!"
– Лао Дзъ*