

# Coaching szerződés (nem jogi kötőerejű megállapodás minta)

## A coaching működése

A **coaching** meghatározott szempontrendszer és módszertan szerint vezetett, strukturált konzultációk és gyakorlatok sora. A coaching konzultációk során ügyfelünknek előbb abban segítünk, hogy megfogalmazza céljait, és az ezek elérését akadályozó nehézségeket. Később abban támogatjuk, hogy rájöjjön, mit és hogyan kell másképpen tennie, hogy áttörést érjen el céljai megvalósításában. Végül visszajelzéseinkkel biztosítjuk, hogy a közösen kijelölt úton maradjon, az eltervezett akciókat végrehajtsa és céljait elérje. Mindez könnyed, közvetlen, nyílt és őszinte légkörben zajlik.

A coach nem ad tanácsot. Az Ügyfél (Coachee) ismeri legpontosabban saját élethelyzeteit, az előtte álló feladatokat illetően a legjobb megoldással, megoldásokkal Ő rendelkezik.

A coach fejlesztő támogatást biztosít. Kérdéseivel, alkalmazott technikáival, eszközeivel segíti hozzá az Ügyfelet a kitűzött cél eléréséhez.

## Coaching tematika:

A pontos tematika az Ügyfeleink igényeitől függően változó, ám a következő lépéseket minden esetben tartalmazza:

a., **Első személyes ismerkedő**, helyzetelemző, problémafeltáró ülés:

Az Ügyfél helyzetének, erősségeinek és fejlesztendő területeinek megismerése, az adott coaching folyamat során elérendő központi cél kijelölése és akcióterv közös kidolgozása. Ezen az ülésen határozzuk meg a cél eléréséhez szükséges első gyakorlati feladatot is, melyet az Ügyfél a következő coaching-ig megvalósít.

b., **A második találkozó során** megbeszéljük, kielemezzük a gyakorlati feladat tapasztalatait, sikereit, esetleges nehézségeit. Az elért eredményeket megerősítjük, a problémás területekre közösen megoldási alternatívákat dolgozunk ki és járunk körül.

Fontos itt megemlíteni, hogy mint minden coaching-on, itt is az Ügyfél megoldása lesz a jó megoldás, mi ehhez segítjük hozzá az alkalmazott coaching technikákkal, tehát nem tanácsot adunk. A második találkozó végére, a cél összetettségétől függően újabb feladatot beszélünk meg az Ügyfelünkkel.

c., **Az előző lépésben leírt módon kielemezzük** a feladat megvalósításának tapasztalatait, és közösen haladunk tovább a megoldás felé. Számos esetben a harmadik, negyedik coaching találkozó végére megoldás születik a kijelölt központi cél elérésére, melyet az Ügyfelünk ki is próbál a gyakorlatban.

c/1 **Amennyiben a cél komplex**, újabb részfeladat és elemző konzultáció következik. A folyamat maximum 10 alkalmas, legtöbb esetben 3-5 találkozó elegendő.

c/2 **Ha a központi célunknak megfelelő** megoldást megtaláltuk, ezt átültetjük a gyakorlatba. Ennek az Ügyfelünk által történő megvalósítási idejétől függően kerül megtartásra a folyamatot lezáró coaching, ahol közösen értékeljük az elért eredményeket, sikereket.

**Résztvevők:**

**Coach(ok)** Bakó Marianna

**Coachee(k)**

**A coaching helyszíne: online, vagy személyesen. (4400 Nyíregyháza, Korányi u 43.**

**A coaching ülések várható száma, menetrendje: kétheti gyakoriság**

**A központi probléma:**

**A központi cél:**

**A coach díjazása:**

**Etikai alapelvek, melyek mind a coachot, mind a coacheet (ügyfelet) kötelezik.**

**Hit**

Hinni kell benne, hogy az Ügyfél megfelelő tudatossággal képes az életét teljessé és egészsé tenni, és ehhez mind a megfelelő adottságokkal, mind a szükséges elszántsággal rendelkezik.

**Bizalom**

Az Ügyféllel közösen bízni kell abban, hogy számos választási lehetősége van, és hogy sokkal jobb eredményekre is képes, mint amit gyakran tapasztal önmagával kapcsolatban.

**Tisztelet**

El kell fogadni az Ügyfél értékrendjét és egyéniségét. Az általunk adott visszajelzések minden esetben személyre szabottak kell, hogy legyenek, a legjobb szándékaink szerint konstruktívak, és kizárólag az Ügyfél érdekeit szolgálják.

**Információ**

Meg kell bizonyosodni róla a coaching folyamat kezdetén, de legkésőbb az első coaching ülésen, hogy az ügyfél tisztában van a coaching, mint munkafolyamat lényegével, az információk bizalmas kezelésével, pénzügyi és egyéb megállapodásokkal.

**Prioritás**

A közös munka során az első és egyetlen szempont kell hogy legyen, hogy mire van az Ügyfélnek szüksége ahhoz, hogy teljes életet élhessen.

**Titoktartás**

A közös munka során és azt követően teljes titoktartást kell vállalni mindarról, amit az Ügyfél a coaching folyamat során elmond és megtesz.

**Pontosság**

Elkötelezettnek kell lenni amellet, hogy a találkozókat pontosan, összeszedetten és felkészülten kezdjük, illetve fejezzük be.

**Üléseken kívüli találkozás**

A közös munka ideje alatt kerülni kell minden olyan programot vagy eseményt, ahol az Ügyféllel nem a coaching találkozók keretében vagyunk egy térben. A véletlenszerű találkozások alkalmával a kapcsolatfelvétel az Ügyfél döntésén múlik.

**Érdekkizárás**

Az Ügyféltől hallott üzleti ötleteket semmilyen formában nem használhatjuk fel saját céljainkra.

**A folyamat megszakítása**

Fenn kell tartania jogot a coaching folyamat felfüggesztésére, vagy megszakítására, amennyiben az Ügyfél problémája a szakterületünkön kívülre esik, és a coaching folyamatban láthatóan nem megoldható.

**A Coachee részvétele a folyamatban**

Az ügyfél kötelessége a folyamatban aktívan részt venni, a vállalt feladatokat a tőle telhető legjobban elvégezni, együttműködni a Coach-al.

Kelt:

.....

Coach(ok)

.....

Coachee(k)