

PRODUKTBLAD / Business Coaching

Etablering af relationen

Coaching/Karriererådgivning er et intensivt forløb, der starter med en ca. 2 timers indledende samtale mellem coach og fokuspersion.

I denne samtale afklares fokuspersionens særlige behov samt retningslinierne for, hvorledes coachen på den mest hensigtsmæssige måde kan hjælpe med at opnå succes for fokuspersionen. I denne samtale vil fokuspersionen ligeledes lægge en konkret plan for, hvilke resultater han/hun ønsker at opnå i den aftalte coaching-periode samt hvilke forpligtelser fokuspersionen og coachen har over for hinanden.

Fleksibel coaching via telefon og e-mail

Efter den indledende samtale mødes fokuspersionen med sin coach 4 – 5 gange i en 2 -timers coaching-session samt gennemfører opfølgende og støttende samtaler via telefon.

Telefon-coaching er en effektiv og fleksibel måde at opretholde den nødvendige dialog og sikre opfølgning.

Imellem hver coaching-session er der aftalt konkrete handlinger og personlige refleksioner, som støtter fokuspersionen i at nå sine ønskede mål. Fokuspersionen har ligeledes en mulighed for at anvende e-mail som en del af kommunikationen med coachen.



BUSINESS COACHING - helt konkret

Afstemme forventninger til fokuspersion og coach

- Commitment fra begge sider
- Succeskriterier
- Fortrolighed og etik
- Log-noter efter hver samtale

Afklaring af rammer

- Formel aftale
- Fysiske rammer/telefon/mail
- Tidsrammer – ca. 2 timer pr. gang

THOMAS PPA (personprofilanalyse)

Styrkeområder, karriereindikatorer og analyse af træningsbehov

Afklaring af værdier (privat, job, karriere)

Kernen i værdiafklaring handler om, at du finder ud af, hvilke værdier, der styrer dit liv og dermed er din drivkraft. Du skal i alle livets forhold agere i overensstemmelse med dine værdier for at få opfyldt dine ønsker og behov og nå dine mål. Det kræver indsigt og prioritering.

- Prioritering af dine livsværdier/livsområder

Udvikling og fremtidsperspektiver

- Vi ser på din nuværende situation og dine fremtidige ønsker:
Hvor vil du hen? Hvilke muligheder har du? Hvordan vil du gribe det an?

Klarhed og konkretisering af mål og planer

- Vi tager udgangspunkt i dine konkrete ønsker og behov

Handlingsplan

- Hvornår/hvordan vil du præcist igangsætte og afslutte dine handlinger?

Evaluering

- Efter 3 måneder evalueres forløbet, herunder vurdering af resultater og opfyldelse af succeskriterier

Samarbejdsaftale

Et coaching//karriererådgivnings-forløb er på 10-12 timer, efter behov.

Samtalerne foregår enten på HR-Business adresse, på kundens/virksomhedens adresse eller/og pr. telefon.

Fokuspersonen kan til enhver tid kontakte coachen mellem de aftalte samtaler - enten telefonisk eller via mail – uden beregning.

Kontakt

Vi er altid parat til et uforpligtende møde, hvor vi sammen vurderer mulighederne for et samarbejde, der giver resultat.

HR-Business

Helle Ulbak

Executive Consultant & Business Coach

Tlf.: +45 2123 2254

E-mail: Helle@HR-Business.dk

www.HR-Business.dk

Helle Ulbak er certificeret Business Master Practitioner i Coaching og NLP og benytter værktøjer fra Strandgaard Consulting Transforming Coaching og Richard Bandler.

Helle Ulbak er desuden certificeret bruger af THOMAS International og Identity Compass Profile værktøjer. Helle Ulbak følger de standarder og den etik, som er foreskrevet af The International Coach Federation.