

## Coaching

Välkommen till Affärs- och säljutveckling AB (AoSu) och vårt erbjudande kring Coaching. Att arbeta tillsammans med en affärscoach är ett innovativt och effektivt sätt att identifiera nuläge och skapa kraftfulla strategier för att nå mål i framtiden.

### Definition av coaching

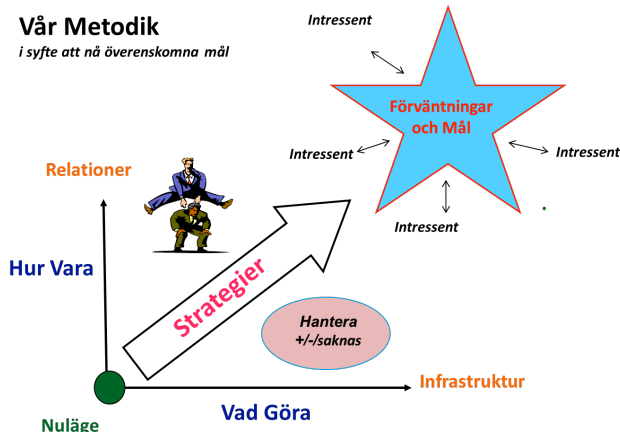
ICF, *International Coach Federation*, är en internationell oberoende organisation för professionella coacher. De definierar coaching på följande sätt;

*”Yrkesmässig coaching är ett fortlöpande partnerskap som hjälper kunder att uppnå tillfredställande resultat i sitt personliga och yrkesmässiga liv. Genom coaching fördjupar kunden sitt lärande, förbättrar sina prestationer och utvecklar sin livskvalitet. I varje möte väljer kunden samtalets fokus medan coachen lyssnar och bidrar med iakttagelser och frågor. Detta samspel skapar tydlighet och får kunden att handla. Coaching ökar kundens framsteg genom att ge henne/honom tydligare fokus och större medvetenhet om sina val. Coaching inriktar sig på var kunden befinner sig idag och vad de är beredda att göra för att ta sig dit de vill vara imorgon.”*

### Vår Metodik

AoSU utvecklar chefer i sina roller som ledare. Våra kunder finns inom företag och organisationer och vi vänder oss till både individer och grupper. Coaching hjälper den eller dem som coachas att själv ta ansvar för att;

- Identifiera och tydliggöra SYFTE och MÅL
- Söka motivation och drivkraft för att VILJA nå mål
- Finna VAD vi ska GÖRA för att nå fram till mål
- Finna HUR vi ska VARA för att nå fram till mål



Anette Söderström, ägare av och konsult på AoSu, coachar, vägleder och utbildar. Läs gärna mer om företaget och Anette under [www.aosu.se](http://www.aosu.se). Nedan finner du information och svar på vanliga frågor kring coaching.

### **Coaching – När då?**

- När förändring och omställning är nödvändig.
- När någon inte levererar tillräckligt bra, när de behöver bryta ett negativt mönster. hos sig själva, när de vet att de kan bättre – och de har fått nog!
- När någon har uppnått det de vill, men att de nu funderar på nästa steg eller på vilka strategier som tar dem mot nya mål.
- När någon vill nå sina mål värdigare, snabbare och effektivare.
- När någon vill lära känna sig själv och sina drivkrafter bättre.
- När någon vill må bättre och få ut mer av sitt liv.

### **Ansvar och förväntningar**

Coachsamtalet beskrivs som en form av samtal där coachen respekterar kunden som expert på hennes/hans privat- och yrkesliv och utgår från att varje kund är kreativ, hel, kapabel och med många resurser.



### **Utifrån ovanstående förutsättningar är det coachens ansvar att:**

- Upptäcka, klargöra och ställa sig bakom det kunden vill uppnå.
- Uppmuntra kunden till självinsikt.
- Locka fram kundens egna lösningar och strategier.
- Hålla kunden ansvarig och redovisningsskyldig.

### **Inför ett coachsamtal förväntar vi oss att kunden vill förbereda sig på:**

- att fundera över sina unika förväntningar inför coachsamtalen.
- att vara öppen och våga uppleva nya intryck.
- att vara aktiv under, och mellan, våra samtal.
- att vara beredd på att ta ansvar för sina handlingar.
- att förstå att förändring kan ta tid. Att avsätta tid och ge sig själv chansen!

Observera att Coaching varken är rådgivning, terapi eller en föreläsning.

### **Etik och sekretess**

Vi arbetar under sekretess och följer ICF:s etiska riktlinjer (*se bilaga "ICF:s riktlinjer för etisk förbindelse och etiskt uppträdande"*).

De flesta av våra kundprojekt klassas också som konfidentiella. Som tillägg följer vi därför noga de sekretess- och säkerhetsföreskrifter som utpekats och delges av kund.

Välkommen!

**Anette Söderström**

*ICF-certifierad coach*

## **ICF:s riktlinjer för etisk förbindelse och etiskt uppträdande**

### ***Etisk förbindelse***

Som professionell coach erkänner och upprätthåller jag mina etiska åtaganden gentemot mina kunder och kollegor och gentemot allmänheten. Jag förbinder mig att följa ICF:s etiska riktlinjer, att behandla människor med värdighet som fria och jämlika människor och att tillämpa dessa riktlinjer med de jag coachar. Om jag bryter mot denna förbindelse eller mot någon av ICF:s etiska riktlinjer är jag införstådd med att ICF har rätt att ställa mig till svars för detta. Det kan innefatta att jag förlorar mitt medlemskap i ICF eller min ICF-certifiering.

### ***ICF:s riktlinjer för etiskt uppträdande som coach***

1. Jag kommer att handla på ett sätt som ger en positiv bild av coaching som profession och jag kommer att avstå från allt som kan skada allmänhetens förståelse eller acceptans av coaching som profession.
2. Jag kommer efter bästa förmåga att vara medveten om min verkliga kompetensnivå som coach och kommer inte att överskatta mina kvalifikationer, min expertis eller erfarenhet som coach.
3. Jag kommer i början av varje coachingrelation att försäkra mig om att min coachingkund förstår villkoren i vår coachingöverenskommelse.
4. Jag kommer inte att göra anspråk på eller antydningar om att kunna uppnå resultat som jag inte kan garantera.
5. Jag kommer att respektera kundens rätt till sekretess, såvida inte om min kund ger rättighet till annat eller lagen så kräver.
6. Jag inhämtar tillstånd från var och en av mina kunder innan jag uppger deras namn som kunder eller referenser.
7. Jag kommer att vara uppmärksam på när min kund inte längre får nytta av vår coachingrelation och således kunde få bättre service av en annan coach eller en annan resurs och kommer då att uppmuntra min kund till en sådan förändring.
8. Jag kommer att undvika intressekonflikter mellan mig och mina kunder.
9. Närhelst risken för en intressekonflikt uppstår, kommer jag så snabbt som möjligt att diskutera detta med min kund och ge honom/henne all den information hon/han behöver för att nå en överenskommelse om hur vi skall behandla konflikten på ett sätt som bäst tjänar min kund.
10. Jag kommer på ett tidigt skede att informera min kund om all kompensation från tredje part som jag eventuellt mottager för referenser från eller råd givna till ifrågavarande kund.
11. Jag kommer att upprätthålla varje avtalat villkor i förhållande till min kund och - om det finns särskilda avtal - separat med den som ersätter mig för coaching av min kund.
12. Jag kommer inte att ge mina kunder eller möjliga framtida kunder information eller råd som jag vet är konfidentiella, missvisande eller som ligger bortom min kompetens.
13. Jag kommer att erkänna andras arbete och bidrag; jag kommer att respektera copyright, varumärken och intellektuella rättigheter och jag kommer att följa gällande lagar och mina överenskommelser gällande dessa rättigheter.
14. Jag kommer att använda ICF:s medlemsförteckningar endast på sådana sätt och i sådan utsträckning som jag fått rättighet till av ICF eller av respektive ICF avdelningar eller ICF kommittéer.
15. Jag kommer att utöva coaching på ett sätt som är förenligt med ICF:s definition av coaching och närhelst mina kunder frågar om mina etiska standarder kommer jag att informera dem om mitt åtagande och min överenskommelse att följa ICF:s etiska förbindelse och riktlinjer för etiskt uppförande.

Jag åtar mig att följa de ovan angivna definitioner, förbindelser och riktlinjer.

Ort & datum /

Namnteckning Namnförtydligande