



Transkrypcja podcastu z Danielą Tagowską „Pomysł na siebie. Pomysł na życie.

Odcinek 8: Coach”

Link: <http://dookolapracy.pl/coach/>

Łukasz-Dookoła Pracy (DP): Cześć! ☺ Jesteśmy dzisiaj w Submarine - pracowni coachingu i terapii i rozmawiamy z Danielą Tagowską, która opowie nam o pracy profesjonalnego coacha. Tak więc zaczynamy!

Daniela Tagowska: Cześć!

Klaudia-DP: Dzięki Łukasz. Zacniemy w sposób coachingowy: kim jesteś?

Daniela: To jest jedno z najsilniejszych pytań coachingowych, bo jest to pytanie o tożsamość. Kim jestem? Jestem przede wszystkim kobietą, co chyba trochę widać. Jestem coachem, czyli kimś kto towarzyszy innym na ich ścieżce rozwoju, kimś kto jest lustrem, kto jest osobą spoza ich wewnętrznego układu, spoza ich samych, spoza rodziny, spoza przyjaciół, w których funkcjonują, jest takim towarzyszem. Oprócz tego, jestem równolegle artystką wizualną, malarką, instalatorką (nie urządzeń technicznych, tylko instalacji artystycznych). Zajmuję się też wideo, jestem dydaktykiem na różnego rodzaju studiach związanych ze sztuką, nauczaniem, edukacją, coachingiem. Mogłabym długo mówić o sobie, ale sedno jest takie, że jestem spełnioną kobietą.

Klaudia-DP: Fantastycznie, Miło to słyszeć. Powiedz zatem jak godzić tyle różnych aktywności zawodowych, które są z całkowicie różnych dziedzin?

Łukasz-DP: Czy mogłabyś pokrótce opowiedzieć o tym, co robisz?

Daniela: Muszę zadać Wam pytanie coachingowe, żeby wiedzieć co macie na myśli mówiąc godzę. Co oznacza „godzenie” w tym pytaniu?

Łukasz-DP: Jak łączyć tyle różnych aktywności, mieć na to czas, nie spalać się i być szczęśliwym?

Klaudia-DP: Tak. A dodatkowo: jak znaleźć pokłady energii na realizację tak wielu działań skierowanych w różne strony?

Daniela: Przede wszystkim kochać to co się robi, czyli zacząć od zdiagnozowania do czego tak naprawdę jesteśmy stworzeni, co nas tak naprawdę wewnętrznie ciągnie, inspiruje, co nas kręci i podążać za tym. Wówczas wytwarza się niesamowita energia, która wynika z pasji. Poświęcamy wtedy z przyjemnością czas. Nawet to słowo “poświęcamy się” nie jest odpowiednie, ponieważ ten czas sam zaczyna działać na naszą korzyść. Wybieramy, pojawiają się priorytety. Przede wszystkim miłość do tego co robimy i po drugie umiejętność

wyznaczania sobie na dany moment priorytetów, priorytetu. Nawet, kiedyś ze swoją Coach, którą tutaj bardzo serdecznie pozdrawiam, Basiu Lech jeżeli nas słyszysz lub oglądasz...

Lukasz-DP: Pozdrawiamy.

Daniela: ...to pozdrawiamy... Stwierdziłyśmy, że nie ma czegoś takiego jak priorytety. Priorytet jest jeden ,ponieważ nie jesteśmy w stanie strzelać cały czas do tarczy w dziesiątkę. W każdym dniu, w każdej godzinie, zastanawiam się, co jest dla mnie na dany moment priorytetem. Czy w tym tygodniu priorytet to sztuka, czy w tym tygodniu priorytet to coaching, a jeżeli jedno i drugie, to w danej godzinie, w danym czasie, kiedy robię jedną rzecz, staram się na niej całkowicie skupić. Jeśli nawet jest to tydzień otwarcia wystawy czy dużego festiwalu artystycznego, w który jestem zaangażowana, a jestem na sesji coachingowej z klientem to jestem tylko i wyłącznie na sesji coachingowej z klientem. Nigdzie więcej.

Klaudia-DP: A jak zaczęła się Twoja Przygoda z coachingiem? Skąd pomysł?

Daniela: Moja przygoda z coachingiem rozpoczęła się gdy miałam trudny moment w życiu Nie wiedziałam co dalej. Pracowałam na etacie w bardzo ciekawym miejscu: w szkole międzynarodowej i miałam dylemat, czy tam pozostać, czy też zmienić swoją sytuację. Podobała mi się ta praca. Dzieciaki mnie niesamowicie kręciły. To były dzieciaki z całego świata. Dodawały mi energii. Uczylałam sztuki w tej szkole, ale ta praca nie pozwalała mi na realizowanie mojej duszy artystycznej, na podróże. Etat, to wiadomo 40 godzin, urlopy, 14 oraz różne inne takie uprzykrzające życie codzienne formalności i nie wiedziałam co robić. Naprawdę byłam w takiej sytuacji, że po powrocie z tej pracy siadałam, płakałam nawet, miałam totalny dylemat: w prawo, w lewo, zostać, czy nie zostać. Wtedy moja przyjaciółka powiedziała: "Idź do Coacha, idź na coaching". I poszłam. Poleciała mi bardzo dobrego Coacha, którą też tutaj serdecznie pozdrawiam: Marta Smolińska, pozdrawiamy Cię...

Lukasz-DP: Pozdrawiamy.

Daniela: ...Pierwszy proces coachingowy miałam w 2013 roku i jak ten coaching się odbywał, to stwierdziłam: "Ojej, to jest dosłownie to lub niemalże to, co ja „poczyniam” ze swoimi studentami na Akademii Sztuk Pięknych”, gdzie prowadziłam i nadal prowadzę zajęcia konsultacyjne przygotowujące do dyplomu, gdzie zadawałam więc mnóstwo różnych pytań, o tożsamość, o cel. Studenci sami sobie kształtowali proces dydaktyczny i stwierdziłam, że coaching to jest ta część, ten filar, który w pełni uzupełni moją karierę, uzupełni moją ścieżkę zawodową oraz da mi pełne spektrum narzędzi, którymi mogę działać. Szybko się zorientowałam w ofercie studiów podyplomowych coachingowych. Wtedy już miałam jedno studia podyplomowe (pedagogiczne) za sobą i na jednej z wrocławskich uczelni wyższych ukończyłam akredytowane przez ICF studia coachingowe. Tak się rozpoczęła moja przygoda z ICF-em, która trwa do dzisiaj. Aktualnie jestem dyrektorem oddziału ICF Wrocław i zostałam bardzo szybko coachem. Po 180 godzinach studiów, po 100 godzinach

udokumentowanego coachingu, byłam już przygotowanym do pracy coachem. Otworzyłam Submarine - pracownię coachingu i terapii, w której dzisiaj rozmawiamy i zaczęłam swoją pracę jako Coach.

Klaudia-DP: A co jest największym wyzwaniem w pracy Coacha?

Daniela: Największym wyzwaniem jest jeszcze nieznanostwo coachingu przez szeroko rozumianego odbiorcę, nieznanostwo tego zjawiska, niewiedza czym coaching jest, a czym nie jest. Szczególnie na początku swojej drogi młodzi „coachowie” mają trudności z pozyskaniem nowych klientów. Droga, którą trzeba pokonać, ścieżka marketingowa, jest wyzwaniem na rynku usług tego typu.

Klaudia-DP: Być może wynika to również z tego, że wokół coachingu narosło wiele mitów. Chcielibyśmy zatem porozmawiać nieco więcej o tych mitach i nieco ten coaching odczarować. Jednym z takich popularnych stwierdzeń, dość częstych jeżeli przeglądamy strony internetowe, wpisujemy hasło coaching, jest to, że Coach to w zasadzie doradca, trener, mówca motywacyjny. A jak jest naprawdę?

Daniela: Coachingu nie możemy mylić z doradztwem. Coaching w czystej postaci doradztwem nie jest. Mówi się o tym, że Coach zostawia swoją mapę, swój punkt widzenia, swoje doświadczenia gdzieś obok, odwiesza na chwilę na wieszak i podąża za zasobami klienta, za tym co on ma w środku, za tym co jest dla niego najlepszym rozwiązaniem. Bo to co jest dla nas najlepsze gdzieś drzemie w nas w środku. Najlepsze rozwiązanie, najlepsze cele na dany okres w życiu. Tak jest, że wiemy gdzieś o tym, że ta prawda i to rozwiązanie jest w nas. Coach to jest taka osoba, która poprzez zadawanie pytań, podawanie różnego rodzaju ćwiczeń, czasami prowokowanie, bo też jest coaching prowokatywny, pomaga nam wydobyć drzemiący w nas potencjał.

Klaudia-DP: Mit numer 2 to to, że coaching to nowoczesna forma psychoterapii. Jaka jest różnica między coachingiem, a psychoterapią. To raczej całkowicie przeciwstawne pojęcia, prawda?

Daniela: Czy one są całkowicie przeciwstawne? Tego bym nie powiedziała, ponieważ wiele elementów coachingu jest używanych w wielu rodzajach psychoterapiach i tak samo coaching czasami dotyka takich obszarów, które leżą w obszarze psychoterapii. Pytanie czym jest psychoterapia? W dzisiejszych nurtach psychoterapii można rozróżnić przynajmniej pięć wiodących, które pracują w zupełnie odrębny sposób natomiast jest to rodzaj jakiejś relacji leczniczej, terapeutycznej. Psychoterapia ma nam pomóc przepracować jakiegoś rodzaju traumy, być lekiem, pomóc z problemami emocjonalnymi, zaburzeniami osobowości, a coaching domyślnie jest przeznaczony dla osób, które uważają się w danym momencie za

osoby zdrowe, w pełni sił mentalnych, w pełni sił psychicznych i które są w stanie skonstruować cel. Mamy czasami takie momenty w życiu, które są momentami kryzysu czy wyjątkowo silnego stresu, w których warto sięgnąć po metody terapeutyczne, udać się do profesjonalnego psychoterapeuty lub kiedy potrzebujemy przejść terapię, żeby rzeczywiście poradzić sobie z różnego rodzaju zaburzeniami funkcjonowania. A coaching natomiast to forma rozwoju, a nie forma leczenia terapeutycznego. Czujecie różnicę?

Klaudia-DP: Tak. Przemawia to do nas. Zastanawia mnie jeszcze jedna rzecz, zajmujesz się również coachingiem kryzysowym, jak to różni się od psychoterapii?

Daniela: Coaching kryzysowy to jest takie miejsce bezpiecznego lądowania dla osoby, która znalazła się w kryzysie, albo wskutek różnych długotrwałych zdarzeń chronicznych, stresu albo jakiegoś nagłego wydarzenia, typu wypadek, katastrofa, rozstanie i nie wie co dalej robić, gdzie się udać, nawet nie wie do końca, czy psychoterapia czy coaching, co dalej. I w tym momencie coach kryzysowy, który posiada profesjonalne przygotowanie czy certyfikacje czy akredytacje tego typu, jest w stanie zapewnić takiemu klientowi bezpieczne warunki, czyli przede wszystkim go trochę „psychoedukuje” ,mówi mu o tym co mu się dzieje, obmyśla jakiś plan działania i w tym momencie możemy się zastanowić, czy odpowiednia będzie psychoterapia (najlepiej u innego specjalisty, ale bardzo często coachowie są również psychoterapeutami), a po jakimś czasie, kiedy wszystko się unormuje, kiedy kryzys zostanie zażegnany, rozpracowany, ryzyka i niebezpieczeństwa różnego rodzaju typu wpadnięcia w ciężką depresję oddalone, można będzie podjąć decyzję o prowadzeniu dalej coachingu klasycznego, czyli takiego który jest zorientowany na cel.

Klaudia-DP: Teraz mam jeszcze pytanie, które po części dotyka mitów na temat coachingu. Czytałam, że coaching jest panaceum na wszystko. Powiedz proszę kiedy coaching nie powinien być stosowany, wiadomo że w sytuacji kiedy jest potrzebna psychoterapia, ale czy są jeszcze inne sytuacje, w których nie powinniśmy posługiwać się coachingiem?

Daniela: Wymieniłabym właśnie tę sytuację związaną z koniecznością skorzystania z psychoterapii, czyli jakieś silne zaburzenia psychiczne, głęboka depresja. Wtedy najlepiej udać się do psychoterapeuty. A w życiu codziennym kiedy wszystko jest dobrze, jest ok, jesteśmy zdrowi, należy uważać na uzależnienie się od coachingu, czyli powiedziałabym, że jeżeli ktoś jest ciągle w nieustannym procesie, pół roku u jednego coacha, potem pół roku u następnego, ciągły coaching i wszystko „coachuje” włącznie z tym, że ma sobie kupić czerwoną czy zieloną sukienkę to można uznać, że to jest przesada, że to jest przeniesienie odpowiedzialności z własnych decyzji na proces, że proces coś pokaże, że proces coś zdecyduje za nas. Natomiast jeżeli cel jest dobrze skonstruowany, jest na tyle ambitny, na tyle

w pewnym sensie niełatwy, żeby nie powiedzieć trudny do zrealizowania, no to jak najbardziej można korzystać, rozpoczynać nowe procesy coachingowe. Jeżeli jest to ten wysoki pułap, gdzie coaching ułatwia, a nie rozwiązuje nam za nas jakieś zadanie to jak najbardziej można korzystać.

Klaudia-DP: Czy coach musi być ekspertem w dziedzinie, której coaching dotyczy?

Daniela: Prosta odpowiedź: nie musi.

Klaudia-DP: Dlaczego?

Daniela: Dlatego, że coaching jest to zadawanie pytań, wydobywanie zasobów od klienta. Pewnego rodzaju dystans, spojrzenie z boku, spoza branży, spoza dziedziny może być bardzo pomocne. To jest tak jak z dociekaniem przez dziecko, dociekaniem eksperta z zupełnie innej dziedziny. Jest taki przykład, nie pamiętam, której z dużych firm on dotyczy, ale chyba któregoś z gigantów wiodących na rynku: kiedyś na naradzie, na spotkaniu zastanawiano się nad kluczowym problemem w firmie. Wszystko było rozwieszane na ścianach, były jakieś ścieżki wytyczone, schematy. Ta ekipa, zarząd, nie mógł sobie poradzić z jakimś złożonym zagadnieniem, nie mógł znaleźć rozwiązania. I przyszła osoba sprzątająca, to był student matematyki bodajże, który dorabiał jako osoba sprzątająca. Popatrzył na to wszystko na ścianie i zadał jedno pytanie: "A dlaczego nie zrobicie tego w inny sposób?". I tak się zaczęła rozmowa w stylu „coachingowym”. On nie dawał żadnych wskazówek, tylko szukał innej ścieżki. Coaching wytwarza nowe połączenia między neuronami, powstają takie „hiperlinki”. Ja uważam, że coach nie musi znać się na danej dziedzinie, czasami jest nawet lepiej, gdy jest osobą z zewnątrz. Natomiast zdania są podzielone. Są osoby, które uważają, że dobrze by było, żeby coach był również ekspertem. Ja widzę tylko jeden wyjątek: coaching twórczości, który też uprawiam. To jest coaching dla artystów, twórców. To jest zwłaszcza dla profesjonalnych artystów, profesjonalnych twórców. Oprócz świadomości coachingowej mamy jeszcze coś takiego jak świadomość twórcza, bycie artystą. Bycie twórcą to specyficzny stan umysłu i nawet światowe towarzystwo kreatywności i coachingu zaleca, aby taki coach twórczości był jednocześnie profesjonalnym i coachem i profesjonalnym twórcą z jakiejś dziedziny sztuki. Tutaj chodzi też o dobór pytań i rozumienie stanu, którym jest twórczość, bo to jest specyficzny stan umysłu.

Łukasz-DP: Ja sam nie byłem przekonany, żebyśmy się zapisali do Ciebie Daniela na coaching. Byłem mocnym przeciwnikiem tego. A teraz mogę z odwagą powiedzieć, że to był strzał w dziesiątkę, ponieważ bardzo dużo nam to dało, pokazało nowe drogi. Podobało mi się również jak przelączyłaś się w tryb „doradcy”, mówiłaś: “Teraz będzie doradztwo”

Daniela: Wyraźnie to zaznaczałam, tak.

Łukasz-DP: I to też było fajne. Być może to nie jest standardowe prowadzenie i to wykracza, dlatego też to mi się bardzo podobało. Pytanie: czy coaching jest zawsze skuteczny? Czy klient może tak zamknąć się w sobie, że coach nic nie zrobi?

Klaudia-DP: Chciałabym jeszcze jedną rzecz dodać, przy okazji Twojego pytania Łukasz. Czasami w firmach jest tak, że jeżeli dana osoba nie radzi sobie z jakimś spektrum zadań to proponuje jej się coaching, mówiąc, że to jest propozycja nie do odrzucenia. Czyli pracownik idzie na taki coaching z przymusu. Czy jeżeli idziesz z przymusu, to czy to już z założenia powoduje, że ta skuteczność może nie być pełna?

Daniela: Bardzo dobre pytanie. Coaching jest przede wszystkim procesem, w który wchodzimy dobrowolnie. Gotowość ze strony klienta jest bardzo ważnym elementem, żeby coaching się powiódł. Oczywiście pracownik może być skierowany na coaching, może się wytworzyć taka sytuacja przymusu, wiem że tak bywa w firmach, w organizacjach. Ale najlepsze warunki, żeby ten coaching mógłby być skuteczny są wtedy, kiedy oczywiście ten tak zwany „coachee” zbuduje w sobie wewnętrzną zgodę na to. Tutaj bardzo ważne jest zaufanie, zbudowanie relacji zaufania, przede wszystkim ta gotowość, która się wytwarza i zaufanie, że coach jest kimś kto wspiera, a nie kimś kto naprawia, bo to nie jest tutaj tak, że my pracownika naprawiamy. Sponsorzy często używają takiego określenia: „proszę mi tutaj ją/jego naprawić”. Ja wtedy mówię: „Nie, to jest w pełni ukształtowany człowiek ze wspaniałymi zasobami, które można wspierać, które można wydobywać i w żadnym razie nie możemy mówić tutaj o żadnej naprawie, ponieważ my nie jesteśmy mechanikami samochodowymi tylko pracujemy nad tym co jest dobre, to co jest mocnymi stronami i wydobywamy to.”

Czy coaching jest skuteczny? Według badań o różnej metodologii skuteczność coachingu wynosi 80%.

Łukasz-DP: To ładnie.

Daniela: To są ładne wyniki. Z moich prywatnych badań, które przeprowadzam u siebie, w gabinecie, też jest to ta magiczna proporcja 80 do 20. Rzeczywiście w tych 20% zdarza się że coaching, nie tyle że nie działa, ale nie wytwarza się ta gotowość ze strony klienta lub nie wytwarza się to zaufanie. Jeżeli nie ma dobrego dobrania się, porozumienia, specyficznej chemii pomiędzy coachem, a sobą „coachowaną” ,no to też ta skuteczność będzie mniejsza. Po to są te pierwsze spotkanie konsultacyjne, żeby zobaczyć czy nam w ogóle to razem wszystko klika i styka.

Łukasz-DP: To tak jak z lekarzem, też czasami się idzie do lekarza i od razu się czuje jakąś niechęć albo w drugą stronę, wie się, że temu człowiekowi można zaufać, tak samo chyba jest z coachem.

Daniela: Tak, pamiętajmy jeszcze, że mamy bardzo różne style myślenia i działania, które są przyporządkowane do różnych grup. Ja chętnie mówię o teście FRIS, ponieważ on jest dostępny u nas w Submarine i bardzo jesteśmy do niego przekonani. Są style działania typu idealista, zawodnik, humanista, partner i czasami jest dobrze się dobrać na zasadzie podobieństw, ale też można mieć w sobie taką otwartość, żeby spróbować zadziałać, popracować z coachem, który ma zgoła odmienny styl myślenia i działania niż my. Ponieważ to też jest otwarcie na inne perspektywy, więc to już zależy od nas, czy wolimy pracować na zasadzie podobieństw czy na zasadzie przyciągających się przeciwieństw lub uzupełniających się przeciwieństw. Rolą dobrego coacha oprócz intuicji, która jest bardzo ważna, taki jakiś dodatkowy zmysł, który mówi ci jakie pytanie zadać, w którą stronę podążać za tym klientem, jest jeszcze taka umiejętność rozpoznawania stylów myślenia i działania, żeby mówić do klienta jego językiem. Ja uwielbiam takie dopasowania, taką elastyczność, dopasowywania też pewnych zakresów mojej osobowości do zakresu klienta, ja mam w sobie też podejście badacza, w każdym z nas jest ono w różnych proporcjach, wg FRISa. Mam bardzo szerokie, różne zainteresowania, które czasami ktoś by powiedział że są takie “odleciane” i zawsze patrzę, słucham. To nie jest rodzaj jakiegoś nieautentycznego dostosowania się, to jest po prostu rodzaj włączania kanału w moim radiu (śmiech – przyp. redakcja). Patrzę, czy mam do czynienia z logicznym racjonalistą, który nie będzie otwarty na różne sprawy takie jak intuicja, podświadomość czy jakieś konstelacje rodzinne, które czasami się układają, zapożyczone z ustawień. To wtedy mówię do niego językiem logika, racjonalisty, badacza, czasami włączam jakieś ćwiczenia, które uruchamiają mocniej prawą półkulę, wyobraźnię, pracę z metaforą. Jeżeli nasi słuchacze zastanawiają się nad tym, czy zawód coach jest dla niego, to radziłabym spojrzeć właśnie na to, na ile lubimy wchodzić w różne relacje, dopasowywać też swój poziom empatii, intuicji do potrzeb drugiego człowieka, czy jesteśmy w stanie służyć innym.

Klaudia-DP: Czyli coaching to jest zawód właśnie dla osób o dużej empatii, które potrafią też słuchać drugiej osoby.

Łukasz-DP: A dla kogo coaching nie jest? Jakie są cechy osób, które od razu można powiedzieć, że skreślają daną osobę?

Daniela: Jedną taką cechą bym wskazała. Można nad nią oczywiście pracować. To jest właśnie to co wspomniała Klaudia: nieumiejętność słuchania. Aktywne słuchanie jest bardzo ważne w coachingu. Jeżeli jesteśmy urodzonym doradcą, który doradza cały czas, widzi rozwiązania, to raczej zastanówmy się nad zawodem doradcy, rolą osoby konsultującej, ewentualnie nad mentoringiem, bo nie jest łatwo przestawić się na ten tryb, w którym nie włączamy swojej mapy widzenia świata.

Lukasz-DP: Dobra to teraz trochę konkretów. Studia, czy trzeba w ogóle jakieś skończyć żeby zostać coachem?

Daniela: W Polsce zawód coacha póki co nie jest zawodem regulowanym, organizacje takie jak Izba coachingu, ICF (International Coach Federation - przyp. redakcja), ja należę do obydwu organizacji, starają się doprowadzić do sytuacji, w której coach będzie wpisany na listę zawodów i będzie to zawód regulowany pewnymi obostrzeniami (np. należy skończyć studia bądź profesjonalny kurs). Coachem zatem stety, niestety może się nazwać każdy, tak samo jak psychoterapeutą w tym naszym kraju. Są tego plusy i minusy oczywiście. Natomiast jeżeli sami chcemy mieć poczucie, że jesteśmy profesjonalnymi coachami najlepiej skonfrontować swoje działania, swoje przekonania na temat coachingu, na temat tego co robimy nazywając to coachingiem, poprzez kontakt z organizacjami, które działają aktywnie i są widoczne. Przyjść na dni otwarte studiów podyplomowych, czy kursów i jeżeli chcemy być autentyczni dla naszego klienta, zwłaszcza dla klienta biznesowego, to warto zrobić jakiegoś rodzaju akredytację, certyfikację, która mówi o tym według jakich standardów etycznych pracujemy. Na przykład chociażby ICF ACC (Associated Certified Coach – przyp. redakcja), ten podstawowy poziom, wymaga udokumentowanego szkolenia, dobrze udokumentowanych studiów podyplomowych, które często mają ponad 100 godzin. Teraz absolutne minimum to jest 60 godzin, żeby w ogóle móc starać się o akredytację w różnego rodzaju organizacjach.

Lukasz-DP: 60 godzin rozmów?

Daniela: Nie, nie - kursów, szkoleń. Są trzy zasadnicze ścieżki rozwoju. Pierwsza, pełna ścieżka, chociażby w ICF'ie, to w pełni przygotowany program studiów, program mentoringu, który jest wymagany plus egzamin, który się zdaje online i przesyła te wyniki do Stanów Zjednoczonych. Ścieżką pośrednią jest udokumentowany kurs, ale oprócz tego kursu jeszcze trzeba zadbać o to, żeby zostały ocenione nagrania naszych sesji. Ostatnia opcja, to ścieżka portfolio kiedy nie przechodzimy studiów, czy kursu akredytowanego natomiast musimy mocno mieć udokumentowany program i wtedy komisja rozpatruje, czy nasze przygotowanie jest odpowiednie. W pozostałych organizacjach, na przykład w Izbie Coachingu czy ICC (International Coaching Community – przyp. redakcja) jest podobnie. Najlepiej wejść sobie na strony internetowe takich organizacji i zobaczyć jakie są wymagania, ile godzin, ile studiów, ile godzin z klientami, ile godzin mentoringu czy takich sesji mentorskich z coachem - mentorem, który pokazuje nam czy takie sesje prowadzimy dobrze, prawidłowo, czy coś jeszcze jest dopracowania.

Lukasz-DP: A jak już zostaniemy tymi profesjonalnymi coachami, to jakie są ścieżki rozwoju już będąc coachem? Wiadomo, że trzeba mieć dużo klientów, którym się pomaga, czyli doświadczenie. A co więcej? Co można zrobić, żeby być dobrym, żeby być mistrzem w swoim fachu?

Klaudia: Jak można się rozwijać?

Daniela: Przede wszystkim doświadczenie tak jak powiedzieliście, czyli kolejne godziny. Ważne, żeby te godziny w jakiś sposób sobie liczyć, dokumentować, bo może się to w różnych sytuacjach przydać, chociażby do kolejnych stopni rozwoju. Te organizacje, które wspomniałam, mają też różne szczeble rozwoju: po poziomie ACC jest poziom PCC (Professional Certified Coach-przyp. redakcja). To znaczy, że już jest to profesjonalny certyfikowany coach, ponieważ jest to coach zrzeszony, oczywiście ACC też jest, ale te PCC to już jest taka ścieżka wyższa. Jest też Master Coach, czyli kolejny poziom. Można również iść na studia podyplomowe, można się rozwijać jako trener. Bardzo wielu coachów, chociażby ze względu na budowanie swojego wizerunku i marketingu coacha prowadzi warsztaty, więc warto prowadzić warsztaty z przygotowaniem. Czuć się rzeczywiście dobrym trenerem, zrobić sobie jakąś dobrą szkołę trenerską, można pójść w stronę wydawania książek. Ważne w rozwoju coacha jest rzeczywiście czytanie na bieżąco literatury fachowej, toteż przypominam młodym coachom, że to jest też praca. Znajdźcie sobie w ramach pracy na to czas, żeby rzeczywiście czytać, poznawać różne narzędzia, różne koncepcje. Odbywają się różnego rodzaju spotkania dla coachów, które też uzupełniają nasz warsztat. Co jeszcze bym polecała? Wybranie sobie po jakimś czasie swojej grupy docelowej. Zastanowienie się, co jest rzeczywiście waszą ścieżką, waszą specjalizacją w coachingu, kto jest waszym modelowym typem klienta, dla kogo pracujecie, do kogo kierujecie swoje treści czy to blogowe czy treści na stronie. U mnie po jakimś czasie wykształcił się ten typ ulubionego klienta, takiego, z którym ja chcę pracować i muszę wam powiedzieć, że będąc u mnie na sesjach pomogliście mi tak definitywnie wypracować profil mojego ulubionego klienta.

Łukasz-DP: To się bardzo cieszymy.

Daniela: Paru osobom powiedziałam: „Wiedziecie co, opowiadałam wam o Klaudii i Łukaszu, że do mnie przychodzą na coaching swojej marki osobistej, biznesowej. To są tacy moi idealni klienci, z którymi ja się czuję naprawdę dobrze.” . To jest taki awatar klienta. W moim przypadku są to osoby bardzo kreatywne, bardzo twórcze, o szerokim spektrum zainteresowań. Ja zapraszam do siebie osoby, które czują, że w ich świecie niemal ich wszystko interesuje, które słuchają że łapią dziesięć srok za ogon, że znają się na wszystkim, czyli pewnie na niczym, że takie słuchy do nich dochodzą. Lubię pracować właśnie z takimi osobami, pokazywać im, pomagać im odkrywać, że to są ich ogromne zasoby. Osoby, które właśnie przechodzą gdzieś z pracy na etacie na własną działalność. Ty Łukaszu przyszedłeś właśnie taką ścieżkę...

Łukasz-DP: Dokładnie.

Daniela: Jeszcze był etat, a teraz już jest rodzaj kontraktu typu B2B.

Łukasz-DP: Tak i własna firma.

Daniela: Do takich osób kierujemy swoją ofertę. Wiemy wtedy, że możemy się sprecyzować, możemy poszerzać swoją wiedzę w danym zakresie, możemy sięgać po taką, a nie inną literaturę fachową. Ja kupuję na potęgę na przykład książki dotyczące branding, właśnie kreowania unikalnej marki osobistej, co też jest potrzebne artystom z którymi pracuję. A rzadziej poświęcam uwagę na coaching rodzicielski, odsyłam po prostu klientów, którzy chcą poruszyć zagadnienia stricte wychowawcze, rodzicielskie do innych coachów. Natomiast jeżeli chodzi o obszary edukacyjne, edukacji domowej, to też mam doświadczenie w prowadzeniu, czy pewnego rodzaju coachingu rodziców.

Może dzięki temu moja skuteczność jest, jak mogę sobie poczytać na opiniach wystawionych mi na dobrym coachu bardzo wysoka, ponieważ wiem dokładnie komu mogę pomóc, a komu raczej nie pomogę.

Klaudia-DP: Czyli zdobywanie doświadczenia, poznawanie różnych typów osobowości i poznawanie różnych metrów to jest ta droga do poznania siebie i wybrania swoje ścieżki?

Daniela: Dokładnie.

Łukasz-DP: Ostatnie pytanie: jaka jest twoja złota rada dla przyszłych osób, które chciałyby zostać profesjonalnymi coachami?

Daniela: Coach i rada... Muszę popełnić takie przestępstwo jak rada. Tam widzę kątem oka w swojej biblioteczce książkę Stevena Covey'a : "7 nawyków skutecznego działania". Autor pisze tam o drabinie i oparciu drabiny o właściwą ścianę i taka złota rada dla osób, które myślą o coachingu: zastanówcie się czy intuicja i wszystkie inne znaki na niebie i ziemi wokół was i poza wami podpowiadają wam, że coaching to jest ta dobra ściana. Czy w dobre miejsce przykładacie tę drabinę? Czy to jest rzeczywiście dla was? Bo ścieżka rozwoju coacha jest dużą inwestycją, inwestycją finansową, bo profesjonalne szkolenia, studia podyplomowe swoje kosztują i potem uruchomienie swojej działalności to również są koszty. Przede wszystkim jest to również inwestycja energetyczna, praca z innym człowiekiem to wielka odpowiedzialność i to dokładnie w sobie zbadajcie. Wyobrażajcie sobie jak to jest być coachem, podpatrujcie innych coachów i wtedy będziecie wiedzieć czy ta wysoka drabina, która ma swoją ilość szczebli do pokonania jest na dobrym miejscu.

Łukasz i Klaudia-DP: Dziękujemy ślicznie za wywiad. Dziękujemy naszym słuchaczom i pozdrawiamy !

Daniela: Dziękuję.