

## **Practitioner Coach Diploma® (PCD®)**

### **3-dniowy warsztat stacjonarny (Residential)**

Omawiane tematy i cele:

#### **Dzień pierwszy**

- Model Coachingu T.G.R.O.W.
- Umiejętność aktywnego słuchania
- Udzielanie informacji zwrotnej
- Wyjaśnienie roli relacji coach – klient
- Rozwój praktycznych umiejętności skutecznego coachingu
- Przeniesienie dobrych zachowań ze szkolenia na relację coach – klient
- Poznanie metod proaktywnego osiągania celów i rozwiązywania problemów
- Poznanie sposobów określania tematów, które będą podlegać coachingowi
- Zrozumienie istotności pomocy klientom w rozważaniu alternatyw i dokonywaniu wyborów
- Model Coachingu Partnerskiego
- Równowaga pomiędzy pobieraniem, a popychaniem
- Cechy idealnego coacha
- Analizy sytuacji z życia
- Zrozumienie barier w coachingu
- Zbudowanie planu rozwoju osobistego poprzez coaching
- Poznanie „dobrych praktyk” we współczesnym środowisku coachingowym
- Nabycie umiejętności gwarantujących sukces w coachingu

#### **Dzień drugi**

- Nauka coachingu jako techniki podnoszącej poziom osiągnięć
- Poznanie sposobów generowania większej liczby twórczych pomysłów i strategii wcielania ich w życie
- Nauka coachingu ukierunkowanego na podniesienie jakości życia
- Nauka większej swobody coachingu i podwyższonej łatwości adaptowania się do zmian
- Nauka coachingu zorientowanego na zredukowanie stresu
- Ćwiczenie umiejętności aktywnego słuchania, rozpoznawania i szybkiego reagowania na potencjalne przeszkody i problemy
- Nabycie umiejętności rozpoznawania niedostatecznego poziomu umiejętności u innych i zmieniania sytuacji na lepsze

- Poznanie serii nowych, sprawdzonych technik transformacyjnych wykorzystywanych przez coacha w swojej pracy
- Pogłębienie rozumienia swojego umysłu oraz rozwój umiejętności obserwowania go i sterowania nim
- Mistrzowskie opanowanie kluczowego zestawu różnic stymulujących swobodne, kreatywne myślenie
- Poznanie metod odkrywania i rozwijania potencjału drugiego człowieka poprzez sponsoring
- Nabycie podstawowej wiedzy na temat systemowego podejścia do coachingu
- Model Disney'a
- Technika Miracle Question
- Wzorce ruchów gałek ocznych
- Money Clinic – zmiana przekonań dotyczących zamożności
- Od przekonań, przez konflikt, do integracji
- Poziomy logiczne umysłu
- Ograniczające przekonania oparte o presupozycje
- Skrypt zmiany przekonań
- Konflikty przekonań
- Linia czasu

### Dzień trzeci

- Zwiększenie świadomości roli samooceny w coachingu
- Rozpoznawanie poziomów samooceny
- Praktyki coachingowe podnoszące samoocenę
- Zrozumienie wagi podstawowych wartości
- Zrozumienie związku pomiędzy wartościami, a celami
- Praktyki w coachingu służące identyfikacji podstawowych wartości
- Wyodrębnianie wartości - ćwiczenie
- Rozpoznanie związku pomiędzy wartościami i wizją, a osiąganiem celów
- Stosowanie coachingu wobec klientów celem rozpoznania ich wizji
- Czym są cele?
- Stosowanie coachingu wobec klientów celem wyznaczenia celów
- Budowanie planu działania

## **Cześć eksternistyczna**

### **Podręczniki do samodzielnej nauki**

Seria rozbudowanych podręczników do samodzielnej nauki, obejmująca następujące zakresy tematyczne:

- Umiejętność aktywnego słuchania
  - Umiejętność zadawania pytań
  - Umiejętności konwersacyjne
  - Wartości
  - Przekonania
  - Model TGROW
  - Budowanie relacji coachingowej
- 
- Podnoszenie samooceny
  - Wyznaczanie celów
  - Osiąganie celów
  - Etyka coachingu
  - Analizy przypadków

### **Podręcznik główny**

Książka „Coaching ko aktywny” autorstwa Laury Whitworth, Henry'ego Kimsey-House i Phila Sandahl prezentuje cenny wgląd w metody i modele coachingu oraz pozwala zapoznać się z zestawem umiejętności coachingowych. Obejmuje również przykładowe skrypty coachingowe i wszechstronny zestaw narzędzi coacha w postaci formularzy, szablonów, porozumień i umów.

### **Telelekcje**

Telelekcje służą uzupełnieniu nauki własnej w oparciu o podręczniki. W ich trakcie omówione zostaną wszystkie przedstawione powyżej tematy, co umożliwi uczestnikom głębsze zrozumienie i docenienie rangi przedstawianych zagadnień. Telelekcje są nagrywane i przechowywane w archiwum, aby studenci mogli mieć do nich dostęp w sposób dla nich dogodny. Otwarty i nieograniczony dostęp do takiej biblioteki wykładów informacyjnych gwarantuje możliwość wracania do wybranych tematów w dowolnym momencie, co jest użyteczne zwłaszcza w chwili, gdy coach zaczyna potrzebować wiedzy z określonej dziedziny.

Prowadzącym telekonferencje jest m.in. Gerard O'Donovan, bierze w nich również udział

zespół naszych 30 senior i master coachów (wszyscy z nich posiadają akredytację IIC), którzy są ekspertami w danym obszarze coachingu.

Tematy poruszane w trakcie telekonferencji to:

- Cztery filary coachingu
- Model coachingu T.G.R.O.W.
- Umiejętność aktywnego słuchania
- Umiejętność zadawania pytań
- Cele
- Samoocena
- Budowanie raportów
- Wartości
- Etyka
- Przekonania
- Prowadzenie sesji z klientami
- Inteligencja emocjonalna
- Przewycięzanie różnorodności
- Przyciąganie i dobrostan
- Rytm coachingu

(Oprócz tego nasi studenci mają dostęp do archiwum ponad 200 godzin już odbytych telekonferencji).

## Coaching Mentorski

Sesje mentorskie dają ci bezcenną możliwość przećwiczenia swoich umiejętności coachingowych w bezpiecznym środowisku, otrzymując pomoc, wsparcie i wskazówki w postaci natychmiastowej informacji zwrotnej ze strony coacha – mentora. To doświadczenie jest jedną ze składowych intensywnego procesu uczenia się poprzez prywatną uwagę ze strony doświadczonego coacha poświęcaną tylko i wyłącznie tobie.

Twój coach – mentor zostanie Ci przydzielony po odbyciu 3-dniowego warsztatu Residential i kolejne siedem sesji coachingowych możesz ustalić już bezpośrednio z nim. Mogą one zostać zaplanowane w taki sposób, aby nie kolidowały z twoimi zobowiązaniami i ograniczeniami czasowymi.

Ocena twojej praktyki coachingowej odbywa się podczas ostatniej sesji. Twój coach – mentor oceni twoje działania coachingowe w odniesieniu do wyszczególnionych kryteriów i poinformuje

cię natychmiast, w jakim stopniu opanowałeś wymagane poziomy umiejętności.

W trakcie trwania kursu, zadaniem każdego uczestnika jest również przeprowadzenie udokumentowanych 50 godzin sesji coachingowych z wybranymi przez siebie innymi studentami lub na zasadach coachingu pro bono w dowolnie wybranym środowisku.

### **Prace pisemna**

Podczas kursu zostaniesz poproszony o przedstawienie pięciu prac pisemnych: recenzji książki „Coaching koaktywny”, trzech esejów opisowych i pracy dyplomowej. Prace te mają stanowić pisemny dowód twojej wiedzy i poglądów na coaching. Możesz przedstawić prace w dowolnym momencie, gdy będziesz czuł się do tego gotowy, a następnie pracować dalej w swoim własnym tempie aż do ukończenia kursu.

Niemniej jednak, jako firma troszcząca się o swoich klientów, jesteśmy świadomi faktu, że wielu naszych klientów nie spotkało się z sytuacją, w której musieli napisać jakąkolwiek pracę, przez dłuższy czas (liczony nawet w latach!). W związku z tym łagodnie i empatycznie coachujemy każdego z uczestników przez cały ten proces.

### **Dodatkowe korzyści**

Student biorący udział w kursie PCD otrzymuje dodatkowo:

- bezterminową możliwość udziału w 3-dniowych warsztatach residential w dowolnym miejscu na świecie w którym jest dostarczany, bez ponoszenia kosztów merytorycznych (ponosi koszty dojazdu, zakwaterowania i wyżywienia),
- bezterminowy dostęp do internetowych zasobów dla studentów Noble Manhattan Coaching,
- bezterminowa możliwość skorzystania z darmowego wsparcia coacha Noble Manhattan Coaching (na życzenie).