

Kære kommende Coachee

Her lidt praktisk info hvis du ønsker benytte dig af mig som din coachingpartner.

Hvis du ønsker coaching, så start med at skriv til mig på mail@coachingdanmark.com

MØDESTED: Det aftaler vi fra gang til gang. Det kan både være på mit kontor eller et sted du vælger.

Første gang er det vigtigt at vi mødes personligt.

Efterfølgende kan Zoom eller "gå tur møde", også være en mulighed.

BETALING: Forud inden første session til konto 6287 556 657 (Nordea)

Efterfølgende aftales nærmere, såfremt du ønsker at vi arbejder videre.

Du skal afsætte ca. 1,5 time til din første coachsession herefter ca. 1 time til de efterfølgende sessioner.

Jeg har nedenfor skrevet 3 forberedende spørgsmål, som jeg vil bede dig reflektere over, inden vi mødes.

Formålet med dette er, dels at sætte dig i gang med din coaching proces, dels at give mig som coach mulighed for at yde optimal personlig coaching for dig. Du må også gerne sende dine refleksioner til mig på mail@coachingdanmark.com hvis du har tid og lyst til det.

FORBEREDENDE OPGAVE:

- Hvad ønsker du at have opnået ved slutningen af vores coachsession?
- Hvad er din udfordring?
- Hvilken forandring ønsker du, der skal ske med dig (hvad vil du gerne finde frem til?)

Hvad er coaching?

Personer der ikke ved hvad coaching er, bliver som regel hurtigt afklaret efter min korte forklaring:

"Coaching må ikke forveksles med terapi, rådgivning, mentor eller supervision. Coaching er et forløb hvor du som "coachee" (Klient) f.eks. vil hjælpes til at definere din udfordring eller dit mål og samtidig synliggøre skjulte resurser eller potentiale til at nå dette. Et coaching forløb med en reel udfordring vil typisk vare 5 – 10 gange af ca. 1 time (første gang ca. 1,5 time)".

Kærlig hilsen
Jan Jørgensen

Coach, Certificeret GROW2 og ICF (ACC)





Jan Jørgensen coacher ud fra ICF etiske regler og standarder for coaching som defineres:

"Professionel coaching er et fortløbende og professionelt forhold, der sætter enkeltpersoner, grupper eller virksomheder i en tankevækkende og kreativ proces, der inspirer dem til at maksimere deres personlige og faglige potentiale.

Gennem coachingprocessen intensiverer klienten sin egen læring, indsigt og refleksion, der vil forbedre dennes præstationer og forstærke sin livskvalitet. Klienten vælger selv sit fokus i hvert møde, mens coachen lytter og bidrager med motiverende, udfordrende og udforskende spørgsmål.

Coachprocessen skaber øget bevidsthed hos klienten og hjælper denne til at handle målrettet."

FORTROLIGHED:

- Jan Jørgensen arbejder under fuld tavshedspligt og fortrolighed i forhold til alle de oplysninger der måtte komme frem i coachingsessionerne medmindre der skriftligt aftales andet.
- Som medlem af ICF overholder Jan Jørgensen ICF Etiske retningslinjer.
- I forbindelse med videre certificering i ICF regi skal Jan Jørgensen dokumentere coachsessioner ved at oplyse dit navn, e-mail og antal timers coaching.

ICF ETISKE RETNINGSLINIER

- Jeg vil handle på en måde, som giver et positivt billede af coaching som profession, og jeg vil afstå fra alt, som kan skade offentlighedens forståelse for eller accept af coaching som profession.
- Jeg vil efter bedste evne forsøge at være bevidst om mit kompetenceniveau som coach og vil ikke overdrive mine kvalifikationer, min ekspertise eller min erfaring som coach.
- Jeg vil i begyndelsen af ethvert coaching samarbejde sikre mig, at min klient forstår vilkårene i vores coachingaftale.
- Jeg vil ikke antyde eller påstå, at klienten kan opnå resultater, som jeg ikke kan garantere.
- Jeg vil respektere klientens ret til fuld fortrolighed og diskretion, hvis klienten ikke giver tilladelse til andet, eller at videregivelse af oplysninger er omfattet af et lovkrav.
- Jeg indhenter tilladelse fra hver og en af mine klienter, før jeg opgiver deres navn som kunder eller referencer.
- Jeg vil være opmærksom på, når min klient ikke længere har gavn af vores coaching relation og således kunne få en bedre service hos en anden coach eller en anden ressource, og jeg vil i så fald opmuntre min kunde til en sådan forandring.
- Jeg vil sørge for ikke at komme i interessekonflikter med nogen af mine klienter.
- Jeg vil udøve coaching på en måde, som er forenelig med ICF's definition af coaching, og når som helst mine klienter spørger til mine etiske standarder, skal jeg informere dem om mine forpligtelser til at følge ICF's etiske krav og retningslinjer for etisk handlemåde.