

Systemisk anerkendende coaching

Hvad er systemisk anerkendende coaching?

- Som det væsentlige i anerkendende coaching anses fokuspersonen, (det vil sige den person, der bliver coachet,) som et kvalificeret og værdifuldt menneske, der er i stand til at tage vare på sit eget liv og handlinger.
- Det er min opgave som coach, at hjælpe fokuspersonen til at finde frem til sine egne ressourcer og handlemuligheder via gode uddybende spørgsmål.
- Fokuspersonen kender sit problem/udfordring bedst og er ekspert i sit eget liv, og kan således også bedst vide, hvad han/hun kan gøre ved det. Jeg kan som coach være med til at danne klarhed over, hvorledes fokuspersonen bedst kan handle og give omsorg, støtte, mod og energi til at få det gjort.

Når der tales om systemisk coaching er det fordi, vi som mennesker er en del af en helhed. Vi optræder aldrig alene og er en del af flere sammenhænge. Disse sammenhænge er med til at skabe vores identitet og dermed også vores muligheder for handlinger og samhandling.

I denne sammenhæng er min opgave som coach, at være med til at afdække og bevidstgøre, og ligeledes finde frem til de ressourcer, der er i disse sammenhænge.

Det systemiske forstås også som den måde samtalen foregår på og den måde spørgsmålene stilles på.

Coaching er en helt bestemt samtaleteknik, som altid afsluttes med en plan for handling hen imod målsætning og drømmen.