

Ścieżka rozwoju Coacha - część II

Po co nam ten coaching?

Jeśli po przeczytaniu poprzedniego artykułu z cyklu pt. „Ścieżka rozwoju Coacha” czytasz niniejszy, to najprawdopodobniej nie przeraził Cię ogrom odpowiedzialności i trudny charakter pracy coacha... Wierzę, że poniższe informacje wniosą do Twojej wiedzy nowe informacje i pobudzą wyobraźnię do dalszych poszukiwań.

Dla lepszego zgłębienia tematu proponuję, abyśmy na chwilę zatrzymali się i powiedzieli sobie króciutko dlaczego, po co i kiedy powstała ta fascynująca dyscyplina. Trudno przecież zostać mistrzem w swojej klasie nie sięgając do początków i przyczyn jej istnienia.

Dlaczego i po co?

Kiedy mówimy o problemach, o sytuacjach stresowych, podejmowaniu trudnych decyzji i wszelkich ograniczeniach, które paraliżują bądź blokują nasze działania, najczęściej odczuwamy wewnętrzny strach, obawę i lęk.

Ta bojaźń nie wynika na ogół z faktu, że nie potrafimy znaleźć właściwego rozwiązania czy nie posiadamy wizji jak chcielibyśmy, aby sprawy potoczyły się dalej. Najczęściej jest ona związana z brakiem wiary we własne możliwości, wiedzę, mądrość czy potencjał wewnętrzny. Obawa o konsekwencje naszych decyzji i ocenę ich przez otoczenie stanowi dodatkową barierę.

Okazuje się, że największym naszym wrogiem jesteśmy najczęściej my sami. Generalnie rzecz biorąc, najczęściej posiadamy odpowiednią wiedzę, kompetencje, inteligencję emocjonalną oraz intuicję niezbędną do podejmowania decyzji w określonych sferach naszych działań.

W część tych umiejętności wyposażała nas natura i środowisko, w którym się rozwijamy i żyjemy. Z drugiej strony my sami ciągle rozwijamy się poprzez edukację czy pracę. Niestety bardzo często nie potrafimy bezpiecznie poruszać się w swoim wewnętrznym świecie. Nie potrafimy znajdować nowych dróg, aby ominąć przeszkodę lub rozwiązać problem, który napotykamy na swojej drodze. Koncentrujemy się bardziej na przeszkodzie niż na poszukiwaniu rozwiązań. Sytuacja taka przypomina jazdę samochodem bez znajomości przepisów ruchu drogowego, a w szczególności brak umiejętności odczytywania znaków drogowych.

W takiej sytuacji jednym z rozwiązań jest właśnie coaching. Dlaczego powstał? Odpowiedź jest prosta - jest wyjściem naprzeciw naszym potrzebom. To właśnie potrzeba poradzenia sobie z barierami wewnętrznymi, nauczenia się jak odczytywać znaki w wewnętrznym świecie i jak uwolnić potencjał drzemący w człowieku i w organizacjach była matką wynalazku, który określamy jako coaching.

Autor:

[Agnieszka Elżbieta Czarnecka](#)

© Wszystkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie bez zgody autora zabronione.

W miarę rozwoju cywilizacji i zmiany warunków ekonomicznych, w których żyjemy zmienia się nasilenie i częstotliwość występowania tychże problemów. Obecnie jest ich niestety coraz więcej.

Coaching - szczypta historii.

Precyzyjne określenie momentu narodzin coachingu jest dość trudne. Jego początków można dopatrywać się już w myśli Sokratesa, który twierdził: „Nikogo niczego nie nauczę - mogę jedynie sprawić, by myślał”.

W zasadzie jednak nowożytna historia coachingu rozpoczęła się w latach osiemdziesiątych XX wieku, kiedy to w USA zaczął rozpowszechniać się termin „life coaching” - „coaching życiowy”. Niestety termin ten nie był i nie jest szczęśliwą nazwą, gdyż jego powszechne rozumienie ma niewiele wspólnego z prawidłowym rozumieniem coachingu i roli coacha. Dla większości osób niewtajemniczonych „coaching życiowy” przypomina „coaching sportowy/fitness”, który opiera się na instruowaniu podopiecznych jak mają postępować oraz na analizie błędów i wielokrotnym przywoływaniu ich, jako przestrogi czy też lekcji. W tym ujęciu jest to zatem bardziej forma instruktażu czy treningu z gotowymi odpowiedziami.

Zgodnie z tym, co wyjaśniliśmy sobie w pierwszym artykule cyklu „Ścieżka rozwoju Coacha”, powyższa interpretacja coachingu życiowego nie ma nic wspólnego z coachingiem pojmowanym współcześnie. Coach będzie bowiem dążył do tego, aby wzrost efektywności, wydajności i jakości wszystkich sfer życia coachowanego następował dzięki zdobywaniu przez podopiecznego szerokiej wiedzy na swój temat i podejmowaniu przez niego samego decyzji zgodnych z jego światopoglądem i uznawanych za słuszne.

W świecie profesjonalnych coachów dodawanie do tytułu coach przymiotnika określającego dziedzinę, w której następuje specjalizacja jest nieco mylące, ponieważ w coachingu niezależnie od branży, zasady i idee są takie same.

Na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat pojawiło się wiele nazwisk, publikacji i opracowań związanych z coachingiem. Szczególnie intensywnie dziedzina ta rozwijała się na Wyspach Brytyjskich. Również stamtąd pochodzi jedna z najbardziej istotnych postaci w dziedzinie coachingu. Chodzi mianowicie o sir Johna Whitmore.

John Whitmore był kierowcą samochodów wyścigowych, wszechstronnie jednak wykształconym na prestiżowych brytyjskich uczelniach. Jednak po przeczytaniu książki „Tenis. Wewnętrzna gra” napisanej przez Tima Gallwey’a, kapitana drużyny tenisowej Uniwersytetu Harvarda, postanowił zarzucić wyścigi i poświęcić swoją przyszłość najpierw psychologii sportu, a potem coachingowi.

Warto wspomnieć w tym momencie o owej magicznej książce, która odmieniła życie wielu ludzi. Pokazuje ona prostą, ale jak się okazuje niezwykle rewolucyjną zasadę, że ludzie odnoszą większe sukcesy wtedy, gdy zamiast wykladać im teorię, pokaże się im, jak się uczyć i podążać obraną przez

Autor:

[Agnieszka Elżbieta Czarnecka](#)

© Wszystkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie bez zgody autora zabronione.

siebie drogą.

Sir Whitmore wraz ze swoim zespołem nie tylko przyczynił się do przygotowania wielu publikacji na temat coachingu, ale i wprowadził do powszedniego użytku kategorię „performance coaching”, czyli coaching skoncentrowany na poprawie efektywności. Rozpowszechniał techniki coachingowe i wydał bestseller „Coaching for Performance” przetłumaczony na ponad dwadzieścia języków.

Sir Whitmore jest obecnie prezesem firmy doradczej Performance Consultants International, a za swoją wieloletnią działalność uhonorowano go tytułem Britain’s Number One Business Coach. Przypisuje mu się także największy indywidualny wpływ na rozwój coachingu jako roli zawodowej.

Przełom wieków XX i XXI to moment, kiedy coaching stał się popularny i zyskiwał sobie coraz więcej zwolenników. Nieoficjalnie mówi się, że „wielcy” tego świata jak Margaret Thatcher, François Mitterrand, Bill Clinton, Andre Agassi, Nelson Mandela czy Michał Gorbaczow korzystali z coachingu budując swe potęgi wewnętrzne i odnosząc spektakularne sukcesy. Obecnie ogromna większość firm i organizacji zarówno w USA, jak i Europie i Azji zatrudnia coachów. Coaching staje się więc dość znaczącą sferą nie tylko w działalności biznesowej organizacji ale i życiu pozazawodowym.

To tylko krótki i ramowy zarys historii coachingu, nie jesteśmy bowiem w stanie w naszym cyklu omówić wszystkiego, więc jeśli masz więcej pytań z zakresu historii coachingu potraktuj niniejsze informacje jako inspirację do dalszego zgłębiania tematu.

Podsumowując pokuszę się o odpowiedź na jedno z tytułowych pytań: „Po co nam ten coaching?”.

Otóż moim zdaniem, coaching to z jednej strony misja, powołanie, spełnienie, ale też ciągły proces nauki i doskonalenia dla tych, którzy chcą pomagać innym, pracując w roli coacha. Z drugiej strony, tej bardziej istotnej - strony coachowanego - mistrzowski coaching to nieinwazyjny i bezpieczny proces zmierzający do:

- poznania samego siebie,
- rozwoju indywidualnego i organizacyjnego,
- wzrostu efektywności,
- koncentrowania się na przyszłych możliwościach,
- budowania świadomości, wiarygodności, odpowiedzialności oraz wiary w siebie.

To szansa na zbudowanie nowych wartości i uporządkowanie wewnętrznego świata poprzez naukę odkrywania „drogowskazów”.

Można powiedzieć więc, że dzięki coachingowi stworzono panaceum dla „niemożliwego” i „sytuacji bez wyjścia”. Zanim jednak obie strony procesu coachingu będą mogły delektować się jego dobroczynną mocą, musimy wybrać się z naszym podopiecznym w podróż do jego

Autor:

[Agnieszka Elżbieta Czarnecka](#)

© Wszystkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie bez zgody autora zabronione.

wewnętrznego świata, wdrażając w międzyczasie kilka ważnych zasad coachingu.

Zasady te są niezbędne do zakończenia naszego procesu sukcesem. O zasadach tych porozmawiamy w kolejnym artykule, do lektury którego już serdecznie zapraszam.

Wierzę gorąco, że moje przemyślenia i informacje zawarte w artykule przyniosły odpowiedzi na kolejne pytania, przybliżyły jeszcze bardziej kategorię coachingu, sięgając do jej źródeł oraz sprawiły, że Twój apetyt na zgłębianie tajemnic świata coachów jest jeszcze większy.

„Odkrywanie samego siebie jest jak podróż w nieznane. Na początku tej drogi nie wiemy jakie wspaniałości odnajdziemy, co skrywamy. Czasem jednak żeby je odnaleźć potrzebujemy dobrego przewodnika”.

Autor:

[Agnieszka Elżbieta Czarnecka](#)

© Wszystkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie bez zgody autora zabronione.