

## Zasady pracy coachingowej

### Ogólne cele coachingu:

- Celem coachingu jest Twój rozwój osobisty – odkrywanie Twoich podstawowych wartości, źródeł pasji i zaangażowania, podejmowanie świadomych wyborów zgodnych ze sobą, prowadzących do uzyskania poczucia spełnienia, samorealizacji, satysfakcji zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym.
- Moją rolą, rolą coacha jest wykorzystywanie całej posiadanej wiedzy, umiejętności i doświadczenia w kierunku wspomnienia Twojego rozwoju osobistego coachowanego.

### Zasady:

- Umawiamy się na dwa spotkania miesięcznie.
- Każde spotkanie, sesja, trwa godzinę z możliwością ewentualnego przedłużenia do 1,5 godziny.
- Spotkania będą umawiane z wyprzedzeniem w dogodnym dla obu stron terminie. Jestem otwarta na odwołanie spotkania, prosilibym o zrobienie tego z jednodniowym wyprzedzeniem.
- Wszystkie sprawy omawiane w trakcie sesji coachingowych są poufne. Zasada poufności jest jedną z fundamentalnych zasad etycznych obowiązujących w coachingu. Jestem członkiem International CoachFederation i stosuję się do zasad etyki wyznaczających profesjonalne zachowanie coacha. Jeśli chcesz wiedzieć więcej o standardach etyki zawodu coacha, zapraszam na stronę <http://icf.org.pl/pl96,kodeks-etyczny-icf.html>
- Coaching wymaga uwagi i pracy od coacha i od Ciebie. Tym więcej możesz wynieść, im jesteś bardziej świadom/a nad czym chcesz pracować podczas każdej sesji.
- W trakcie coachingu, będę zadawać Ci wiele pytań. Ich celem jest doprowadzenie Cię do znalezienia własnych, zgodnych z Tobą odpowiedzi.
- Zasady dotyczące sposobu prowadzenia sesji ustalimy podczas pierwszego spotkania. Niemniej w trakcie sesji możesz chcieć zmienić zasadę lub ją uszczegółowić. Coaching jest dla Ciebie, masz pełne prawo do zmiany ustalenia lub powiedzenia „nie” na coś, co jej nie pasuje.
- Może się zdarzyć, że będziesz chcieć opowiedzieć mi jakąś historię z Twojego życia. Może się zdarzyć, że ją przerwę, po to, aby szybciej dojść do sedna. Jeśli jednak odbierzesz moje działanie jako Ci niesłużące, wierzę, że mi o tym powiesz.

Powyższe cele i zasady są przedmiotem umowy pomiędzy osobą coachowaną i coachem

Osoba coachowana

Coach

Magdalena Kulicka